

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

21 апреля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	6,6	9,6	19,8	193
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/8/10	4,5	3,8	15,2	114
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,3	5,8	18,1	148
Итого		16,4	19,2	53,1	455
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	4,5	26
Итого		0,3	0,1	4,5	26
<b>Обед</b>					
УХА	255	5	6,5	22,4	169
СУФЛЕ РЫБНОЕ	175	24,2	15,8	10,2	283
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,7	0,4	17,4	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,7	0,2	17,9	85
Итого		34,6	22,9	77,7	660
<b>Полдник</b>					
КИСЕЛЬ	175				
Итого					
<b>Ужин</b>					
ОВОЩНОЕ РАГУ	145	4,5	6	25,3	175
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,1	51
Итого		6,1	6,6	35,7	228
Всего		57,4	48,8	171	1369

Медицинская сестра

Елеференко С. Ю.

Стоимость: 153р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

21 апреля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	180	5,5	7,6	15,8	154
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	4,1	3,3	15,2	107
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	14,9	122
Итого		14,2	15,8	45,9	383
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	2,9	17
Итого		0,2	0,1	2,9	17
<b>Обед</b>					
УХА	205	4,2	3,7	17,5	122
СУФЛЕ РЫБНОЕ	155	20	11,5	8,1	218
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,9	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,7	0,4	17,4	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,1	10,2	48
Итого		28,5	15,7	61,1	504
<b>Полдник</b>					
КИСЕЛЬ	146				
Итого					
<b>Ужин</b>					
ОВОЩНОЕ РАГУ	125	3,5	3,7	20,5	131
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,1	51
Итого		5,1	4,3	30,8	183
Всего		48	35,9	140,7	1087

Медицинская сестра

*Ев*

Елеференко С.Ю.

*Стоимость: 153р*