

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. /Голоина Е.Г./



МЕНЮ

6 апреля 2022 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 200 | 7,3 | 9,3 | 28,4 | 228 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| БУТЕРБРОД | 31 | 2,3 | 0,9 | 15,9 | 81 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 5,1 | 5,3 | 16,3 | 134 |
| Итого | | 19,8 | 20,1 | 60,9 | 506 |
| Обед | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 245/10 | 2,6 | 6,1 | 17,9 | 137 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ОВОЩАМИ | 140 | 5,2 | 3 | 33,1 | 181 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 165 | 0,1 | 0,1 | 9,7 | 41 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 48 | 3,2 | 0,4 | 20,3 | 98 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,7 | 84 |
| Итого | | 13,8 | 9,8 | 98,7 | 541 |
| Ужин | | | | | |
| СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ | 145/20 | 23 | 15,9 | 46,5 | 427 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 255 | 0,1 | | 0,3 | 2 |
| Итого | | 23,1 | 15,9 | 46,8 | 429 |
| Всего | | 56,7 | 45,8 | 206,4 | 1476 |

Медицинская сестра *С.Ю.* Елеференко С.Ю.

Стоимость: 132р