

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

# МЕНЮ

12 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 ГРЕЧНЕВЫЙ	180	6	8,5	17,8	173
БАТОН С ПОВИДЛОМ	30/12	2,5	0,9	24,5	116
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,7	5,1	15,2	126
Итого		13,2	14,5	57,5	415
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1		1,2	7
Итого		0,1		1,2	7
<b>Обед</b>					
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	3	2,8	23,1	130
ЛАПШЕВНИК С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	135	7,2	6,7	29,8	208
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	50
Итого		14,4	10	88,2	501
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	150	4,3	3,7	6,3	81
ВАФЛИ	16	0,4	0,5	12	55
Итого		4,7	4,2	18,3	136
<b>Ужин</b>					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	30	0,5	2,1	2,8	32
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	2,7	2,2	21,9	118
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51
Итого		4,8	4,9	34,9	202
Всего		37,2	33,6	200,1	1261

Медицинская сестра

*Ев*

Елеференко С.Ю.

*Стоимость: 140р*

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./



**МЕНЮ**  
12 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 ГРЕЧНЕВЫЙ	200	6,7	9,2	20	192
БАТОН С ПОВИДЛОМ	30/20	2,4	0,9	29,1	134
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	5,7	17,7	146
Итого		14,4	15,8	66,8	472
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	7,1	35
Итого		0,2	0,1	7,1	35
<b>Обед</b>					
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,1	3,8	23,7	142
ЛАПШЕВНИК С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	155	8,7	9,5	35,8	265
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,5	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,8	0,2	18,6	88
Итого		17,9	13,9	108,8	635
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	179	5,2	4,5	7,5	97
ВАФЛИ	28	0,8	0,9	21,3	98
Итого		6	5,4	28,8	195
<b>Ужин</b>					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,8	3	4,6	49
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	3	3	24,2	136
ЧАЙ	191	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51
Итого		5,4	6,6	39,1	238
Всего		43,9	41,8	250,6	1575

Медицинская сестра

*Ев*

Елеференко С.Ю.

*Стоимость: 140р*