

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

19 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 ЯЧНЕВЫЙ	180	5,2	7,3	16,2	152
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,8	15,4	123
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	5,2	16,5	133
Итого		12,4	18,3	48,1	408
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
Итого		1	0,2	20,2	86
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	0,8	3,1	11,3	78
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,9	5,9	11,3	123
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	125	3,4	5,3	22,7	152
БЫЧИЙ ГЛАЗ	55	10,7	12,5	2,3	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,9	86
Итого		25,1	27,3	83,5	683
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	144	4,5	1,5	6,3	60
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
Итого		5	2,1	19,3	120
<b>Ужин</b>					
КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140	7,6	7,4	20	179
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	180	0,1		5,2	21
Итого		9,2	8	35,5	252
Всего		52,7	55,9	206,6	1549

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 159р



Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
19 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 ЯЧНЕВЫЙ	200	6,2	9	19,5	186
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,7	15,5	140
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,1	5,5	19	148
Итого		13,6	22,2	54	474
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	2,6	16
Итого		0,2	0,1	2,6	16
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	75	1	4	14,7	99
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	7,3	8,8	17,3	179
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	145	3,9	6,7	25,4	179
БЫЧИЙ ГЛАЗ	65	12,8	16,3	3,1	212
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	53	3,5	0,5	22,5	108
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		31,2	36,5	108,3	891
<b>Полдник</b>					
РЯЖЕНКА	176	5,5	1,8	7,7	73
ВАФЛИ	21	0,6	0,7	16,4	75
Итого		6,1	2,5	24,1	148
<b>Ужин</b>					
КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	9,6	10,2	28,6	247
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	200	0,1		8	32
Итого		11,2	10,8	46,9	331
Всего		62,3	72,1	235,9	1860

Медицинская сестра *Ев* Елеференко С.Ю.

*Стоимость: 159р*