



МЕНЮ

19 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	180	5,4	7,7	15,4	153
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,2	9,2	0,6	126
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,6	80
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,8	14,5	120
Итого		22,3	22,6	46,1	479
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	2,2	13
Итого		0,2	0,1	2,2	13
Обед					
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200	5	9,4	12,3	154
МАКАРОННЫ	100	4,4	4,3	27,9	169
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	40	7,9	5,6	2,6	102
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,1	10,3	48
Итого		21,7	19,8	78,6	589
Полдник					
КИСЕЛЬ	71				
Итого					
Ужин					
САЛАТ ТЁПЛЫЙ	30	1,1	3,9	5,6	63
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	140	13,3	6,1	13,6	164
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		16	10,6	29,7	280
Всего		60,2	53,1	156,6	1361

Медицинская сестра

Ел

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 153 р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г.



МЕНЮ

19 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	6,4	9,4	18,9	187
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,6	80
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,4	5,8	18	148
Итого		19,2	20,7	52,8	478
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	3,5	21
Итого		0,3	0,1	3,5	21
Обед					
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	11,9	12,6	178
МАКАРОННЫ	120	5,2	5,8	33,4	207
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,1	7,5	3,9	136
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,8	0,2	18,1	85
Итого		26,3	25,8	95,6	731
Полдник					
КИСЕЛЬ	86				
Итого					
Ужин					
САЛАТ ТЕПЛЫЙ	50	1,4	5,4	7,3	84
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	160	18,3	8,3	16,4	214
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		21,3	14,3	34,3	352
Всего		67,1	60,9	186,2	1582

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 153 р