

Утверждаю

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



МЕНЮ
30 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,3	8	19,8	177
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,6	125
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	14,8	123
Итого		13,2	18,8	50,2	425
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1		1,6	9
Итого		0,1		1,6	9
Обед					
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,7	4,5	18	124
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	160	4,4	4,1	22,2	147
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,9	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,1	10,2	48
Итого		11,5	9,1	74,2	429
Полдник					
КЕФИР	145	4,2	3,6	5,8	77
Итого		4,2	3,6	5,8	77
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,6	2,2	35
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,7	11,3	4,9	154
ЧАЙ	180	0,1		6,1	25
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,5	53
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		10,5	15,2	39,2	338
Всего		39,5	46,7	171	1278

Медицинская сестра _____

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 145 р