

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

11 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200	6,6	8,8	22,6	198
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,4	7,3	16,5	141
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		8,7	35
Итого		9,2	16,1	47,8	374
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180				
Итого					
Обед					
СУП С ПШЕНОМ НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ	250	9	12,3	23,5	242
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ	160	9,3	7,8	53,9	323
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,9	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	3,4	0,5	21,9	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	91
Итого		24,6	20,8	128,4	800
Полдник					
КЕФИР	175	5,1	4,4	7	93
Итого		5,1	4,4	7	93
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	37	0,7	3,2	2,7	43
МАКАРОННЫ С ОВОЩАМИ	145	5,8	6	36,8	226
ВАФЛИ	23	0,6	0,8	17,9	82
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,6	0,6	11	56
ЧАЙ	261	0,1		0,3	2
Итого		8,8	10,6	68,7	409
Всего		47,7	51,9	251,9	1676

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 147р

утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

11 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	5,7	7,4	19,2	167
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,8	16,4	128
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		6,2	25
Итого		8,2	13,2	41,8	320
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150				
Итого					
Обед					
СУП С ПШЕНОМ НА ТУШЁНКЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7,4	9	17,8	181
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ	140	8,2	6,1	45,9	271
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,7	0,4	17,5	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,1	10,9	52
Итого		20	15,6	100,1	620
Полдник					
КЕФИР	146	4,2	3,6	5,8	77
Итого		4,2	3,6	5,8	77
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	26	0,5	2,2	1,9	30
МАКАРОННЫ С ОВОЩАМИ	125	4,8	5,6	30	191
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13,3	61
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,6	0,6	11	56
ЧАЙ	261	0,1		0,3	2
Итого		7,5	9	56,5	340
Всего		39,9	41,4	204,2	1357

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Энергетическая ценность: 147р