

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	200	6,2	8	18,7	173
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35/20	2,7	1	32,7	151
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,3	5,7	17,9	147
Итого		14,2	14,7	69,3	471
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	10,7	54
Итого		0,4	0,2	10,7	54
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,3		0,7	5
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б	250/10	6,6	7,2	24,1	189
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	5,4	4,5	24,7	161
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	9,3	5,1	3,7	110
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	3,4	0,5	21,9	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,2	15,5	73
Итого		27,4	17,5	100,3	682
Полдник					
КИСЕЛЬ	90				
Итого					
Ужин					
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	160	22,7	16	10,3	279
БАТОН	20	1,5	0,6	10	51
ЧАЙ	250	0,2		0,3	2
Итого		24,4	16,6	20,6	332
Всего		66,4	49	200,9	1539

Медицинская сестра



Елеференко С.Ю.

Итого: 148 р

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	180	5,2	6,4	14,9	138
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/15	2,3	0,9	28,1	129
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5	5,2	15,4	129
Итого		12,5	12,5	58,4	396
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1	0,1	3,5	18
Итого		0,1	0,1	3,5	18
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2		0,4	3
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б	200	5,1	5,9	17,7	146
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	100	4,9	3,6	22,2	141
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	45	7,5	5	3	95
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,7	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,4	0,2	15,5	73
Итого		22,8	15,1	84,3	574
Полдник					
КИСЕЛЬ	75				
Итого					
Ужин					
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	140	18,2	11,6	8,9	213
БАТОН	20	1,5	0,6	10	51
ЧАЙ	240	0,1		0,3	2
Итого		19,8	12,2	19,2	266
Всего		55,2	39,9	165,4	1254

Медицинская сестра

Е.Г.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 148р