

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е. Г.



МЕНЮ

23 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,1	8,1	19,2	171
БУТЕРБРОД	31	2,3	0,9	15,8	81
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,2	9,2	0,6	126
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	0,2		10,5	42
Итого		17,8	18,2	46,1	420
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	6,1	30
Итого		0,2	0,1	6,1	30
Обед					
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,8	7,6	16,2	146
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	4	3,7	26,2	154
ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	55	1,2	5	6,3	77
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,1	0,4	19,8	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		13,8	16,9	95,8	594
Ужин					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ	160	9,5	7,9	53,4	323
ЧАЙ	200	0,2		0,3	2
Итого		9,7	7,9	53,7	325
Всего		41,5	43,1	201,7	1369

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 146 р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./

МЕНЮ

23 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5	7,2	16,8	153
БУТЕРБРОД	31	2,3	0,9	15,8	81
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,2	9,2	0,6	126
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	0,1		8,1	33
Итого		17,6	17,3	41,3	393
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	3,1	18
Итого		0,2	0,1	3,1	18
Обед					
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200	2	4,1	11,8	95
КАША ЯЧНЕВАЯ	100	3,5	2,1	22,8	124
ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	45	0,6	3,6	3,6	50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,7	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
Итого		10,4	10,3	73,6	432
Ужин					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ	140	8,1	5,7	45,6	266
ЧАЙ	150	0,1		0,1	1
Итого		8,2	5,7	45,7	267
Всего		36,4	33,4	163,7	1110

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С Ю.

Стоимость: 146 р