

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

16 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,5	7,9	24,2	195
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,7	80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		8,5	34
Итого		14	13,4	48,7	372
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1		3,2	16
Итого		0,1		3,2	16
Обед					
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,8	5,7	11,8	116
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	180	10,7	8	11,5	164
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			5,7	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,1	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		19,9	14,3	63,7	469
Полдник					
БИФИДОК	164	5,6	4,1	9	100
Итого		5,6	4,1	9	100
Ужин					
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	145	5,7	4,3	54,4	278
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
Итого		5,8	4,3	54,6	279
Всего		45,4	36,1	179,2	1236

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 144р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./

МЕНЮ

16 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ	200	7,9	9,4	28,7	232
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,7	80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		8,6	35
Итого		15,5	14,9	53,3	410
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	7,6	37
Итого		0,3	0,1	7,6	37
Обед					
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,2	8,6	16,1	164
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯИНОЙ	200	12,7	10,6	15,6	210
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,6	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	3,3	0,4	21,4	103
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,2	20	95
Итого		24,2	19,8	81,7	606
Полдник					
БИФИДОК	184	6,3	4,6	10,1	113
Итого		6,3	4,6	10,1	113
Ужин					
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	160	7,4	8	68,1	374
ЧАЙ	180	0,2		0,3	2
Итого		7,6	8	68,4	376
Всего		53,9	47,4	221,1	1542

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 144 р