

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.

МЕНЮ

4 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8	9,6	27	229
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	15,5	125
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		8,6	35
Итого		10,5	15,6	51,1	389
Обед					
СУП ЯЙЦОМ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/7	3,4	9,6	14,2	157
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	5,1	6,1	23,5	170
ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	45	0,9	4,8	5,2	69
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,4	98
Итого		15,3	21,1	88,9	609
Полдник					
КЕФИР	177	5,1	4,4	7,1	94
Итого		5,1	4,4	7,1	94
Ужин					
ПУДИНГ ТВОРОЖЕННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	24,3	18,9	39,4	430
ЧАЙ	195	0,1		6,1	25
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		25,9	19,5	55,8	507
Всего		56,8	60,6	202,9	1599

Медицинская сестра

Ек

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 125р

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ

4 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	6,7	8	21,8	186
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,7	15,4	113
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		6,4	28
Итого		9,1	12,7	43,6	325
Обед					
СУП ЯЙЦОМ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,9	7,9	11,5	129
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	95	4,6	4,7	20,8	143
ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	35	0,4	3,5	3	46
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,9	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,1	10,3	48
Итого		12,1	16,5	67,9	469
Полдник					
КЕФИР	147	4,3	3,7	5,9	78
Итого		4,3	3,7	5,9	78
Ужин					
ПУДИНГ ТВОРОЖЕННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140	20,7	15,6	30,4	349
ЧАЙ	175	0,1		4	16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		22,3	16,2	44,7	417
Всего		47,8	49,1	162,1	1289

Медицинская сестра

ЕК

Елеференко С.Ю.

Итого : 125р