

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ

29 июня 2022 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	5,4	7,7	15,9	155
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,4	79
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	15,1	120
Итого		17,2	17,9	46,7	417
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	81	0,3	0,3	7,9	38
Итого		0,3	0,3	7,9	38
Обед					
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	6,4	5,9	16,5	145
ИКРА МОРКОВНАЯ	130	2	5,7	13,8	117
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,1	12,1	2,6	159
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,3	0,3	14,4	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,1	11	52
Итого		22,5	24,1	66,2	574
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	145	4,9	3,6	8	89
Итого		4,9	3,6	8	89
Ужин					
КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ	125	22,9	15,4	20	313
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		0,4	3
Итого		23	15,4	20,4	316
Всего		67,9	61,3	149,2	1434

Медицинская сестра *СФ* Елеференко С.Ю.

Стоимость: 151р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ №

/Голина Е



МЕНЮ
29 июня 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	6,3	9,4	19,2	187
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,4	79
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,8	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,1	5,8	18,4	146
Итого		18,8	20,5	53,3	475
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,4	0,4	9,9	47
Итого		0,4	0,4	9,9	47
Обед					
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,9	8,1	30	232
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	160	2,3	4,1	17,7	116
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	11,4	16,1	2,8	203
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,5	78
Итого		28,7	28,8	93,1	747
Полдник					
ВАРЕНЕЦ	174	5,9	4,4	9,6	106
Итого		5,9	4,4	9,6	106
Ужин					
КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ	140	27,6	19,7	32,5	421
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,3		0,6	5
Итого		27,9	19,7	33,1	426
Всего		81,7	73,8	199	1801

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Итого: 151р