

Утверждаю

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



МЕНЮ
30 июня 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	10,4	26,5	234
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/25	2,6	1	34,5	158
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,2	5,7	17,8	146
Итого		15,7	17,1	78,8	538
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	7,3	32
Итого		0,1	0,1	7,3	32
Обед					
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	11,5	14,1	180
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,7	5,2	39,2	219
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,8	7,7	4,2	143
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,9	0,4	18,4	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,6	0,2	16,9	80
Итого		24,9	25	102,4	749
Полдник					
КИСЕЛЬ	108				
Итого					
Ужин					
СУФЛЕ РЫБНОЕ	160	24,9	17,1	11,1	299
ЧАЙ	180	0,2		0,4	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,5	0,6	10,6	54
Итого		26,6	17,7	22,1	355
Всего		67,3	59,9	210,6	1674

Медицинская сестра Ел Елеференко С.Ю.

Стоимость: 157р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ
30 июня 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,5	8,4	21,4	188
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/15	2,7	1	30,1	140
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,8	14,8	120
Итого		13,6	14,2	66,3	448
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	7,5	32
Итого		0,1	0,1	7,5	32
Обед					
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200	4,4	8,1	12,1	139
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,2	4,5	34,1	190
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	45	8,2	5,2	3	102
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,9	0,4	18,4	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,1	9,6	45
Итого		20,2	18,3	85,1	596
Полдник					
КИСЕЛЬ	90				
Итого					
Ужин					
СУФЛЕ РЫБНОЕ	140	19,8	11,6	8,3	219
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,5	0,6	10,6	54
Итого		21,4	12,2	19,2	275
Всего		55,3	44,8	178,1	1351

Медицинская сестра Ев Елеференко С.Ю.

Стоимость: 157р