

Утверждаю



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

МЕНЮ

28 июля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КАША ДРУЖБА	175	5,7	7,2	20,9	172
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,4	7,4	16,4	142
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,8	14,5	120
Итого		17,7	24	52,1	497
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150			1	5
Итого				1	5
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР	50	0,5	2	2,6	32
СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,1	5,6	15,6	124
ЛАПШЕВНИК С КУРАМИ	145	8	12,7	6,7	174
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,9	0,4	18,8	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,8	0,1	11,8	56
Итого		15,3	20,8	63,1	506
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	62	0,4	0,1	11,4	50
БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,2	0,4	16,8	77
Итого		3,1	2,5	43,1	210
Ужин					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ	145	8	7,4	44,2	276
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4,3	4,6	7	88
Итого		12,3	12	51,2	364
Всего		48,4	59,3	210,5	1582

Медицинская сестра _____

Елеференко С.Ю.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



МЕНЮ

28 июля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КАША ДРУЖБА	195	6,8	9,1	25,9	214
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/8	2,4	7	16,4	138
КАКАО С МОЛОКОМ	175	5,3	5,7	17,9	146
Итого		19,6	26,4	60,5	561
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	1,5	7
Итого		0,1	0,1	1,5	7
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР	55	0,3	3,8	1,1	40
СУП МОЗАЙКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	3,3	7,3	18,4	155
ЛАПШЕВНИК С КУРАМИ	150	8,4	14,9	7,7	200
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,9	0,4	18,8	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	3,1	0,3	20,6	97
Итого		18	26,7	76,3	621
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26,1	146
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	62	0,4	0,1	11,4	49
БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,2	0,4	16,8	77
Итого		4,2	3,9	54,3	272
Ужин					
ПИРОЖОК С МОРКОВЬЮ	165	9,4	9,8	52,8	337
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	5,1	5,5	8,3	105
Итого		14,5	15,3	61,1	442
Всего		56,4	72,4	253,7	1903

Медицинская сестра _____ Елеференко С. Ю.