

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ
11 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
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	2,2	9	15,3	152
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5	5,4	18,2	143
Итого		12,3	19	33,8	358
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	3,8	22
Итого		0,3	0,1	3,8	22
Обед					
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,4	7,9	22,7	176
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	4,1	6,6	14,5	136
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			10	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,6	0,2	17	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,1	0,4	20	96
Итого		13,2	15,1	84,2	528
Полдник					
КЕФИР	183	5,3	4,6	7,3	97
Итого		5,3	4,6	7,3	97
Ужин					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102	0,4	0,4	10	48
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ	160	9,4	9,3	52,9	334
ЧАЙ	200	0,1		10,1	41
Итого		9,9	9,7	73	423
Всего		41	48,5	202,1	1428

Медицинская сестра



Елеференко С.Ю.

Стоимость: 145 р

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.



МЕНЮ
11 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
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/6	2,2	6,9	15,3	132
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,6	14,8	118
Итого		11,6	16,1	30,4	313
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1	0,1	1,9	11
Итого		0,1	0,1	1,9	11
Обед					
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,6	7,9	17,8	154
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	185	3,4	4,6	10,7	101
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			10	40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46
Итого		10	12,9	64,3	418
Полдник					
КЕФИР	166	4,8	4,1	6,6	88
Итого		4,8	4,1	6,6	88
Ужин					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	51	0,2	0,2	5	24
ПЕЧЕНЬЕ С МОРКОВЬЮ	140	8	6,9	44,7	274
ЧАЙ	180	0,1		8,4	34
Итого		8,3	7,1	58,1	332
Всего		34,8	40,3	161,3	1162

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С. Ю.

Стоимость: 145р