

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

6 июля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	4,1	7,7	10,2	128
БУТЕРБРОД	32	2,4	0,9	16,4	84
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	6,8	85
Итого		10,7	13,1	33,4	297
II Завтрак					
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	150	0,9	0,3	27,6	119
Итого		0,9	0,3	27,6	119
Обед					
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,6	7,3	17,4	155
ГОЛУБЦЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	145	13,5	12,4	19,3	246
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,8	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,1	11,4	54
Итого		22,4	20,1	73	569
Полдник					
КЕФИР	161	4,7	4	6,4	85
Итого		4,7	4	6,4	85
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	16,8	10,9	37,5	318
КАКАО С МОЛОКОМ	175	4,3	4,6	12,7	110
Итого		21,1	15,5	50,2	428
Всего		59,8	53	190,6	1498

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 182р

МЕНЮ

6 июля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	4,9	8,5	11,6	144
БУТЕРБРОД	32	2,4	0,9	16,4	84
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,8	5	7,7	97
Итого		12,1	14,4	35,7	325
II Завтрак					
СОК	181				
Итого					
Обед					
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	5,9	8,3	23,8	195
ГОЛУБЦЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	165	16,9	16,7	27,7	330
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,8	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3	0,4	19	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	0,2	20	94
Итого		28,8	25,6	100,3	750
Полдник					
КЕФИР	179	5,2	4,5	7,1	95
Итого		5,2	4,5	7,1	95
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	20,2	13,9	48	400
КАКАО С МОЛОКОМ	195	5,1	5,5	17,1	140
Итого		25,3	19,4	65,1	540
Всего		71,4	63,9	208,2	1710

Медицинская сестра _____

Елеференко С.Ю.

Итого: 1820