

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Свищев /Голина Е.Г./

МЕНЮ

26 июля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
УП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	180	5,3	7,2	16,2	152
УТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	15,4	125
КАО С МОЛОКОМ	180	4,9	5,2	16,7	134
Итого		12,5	18,4	48,3	411
II Завтрак					
АПИТОК С ЛИМОНОМ	150	0,1		0,3	3
Итого		0,1		0,3	3
Обед					
АЛАТ ИЗ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ	60	0,6	3,1	8,2	64
АССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	6	7,2	11,7	137
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,9	2,2	30,7	162
ПЕЧЕНЬКИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	140	11,3	9,1	10,6	178
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	10	47
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		26,9	22,1	96,1	701
Полдник					
СНЕЖОК	150				
Итого					
Ужин					
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	145	7,1	8,2	28,2	217
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	7,8	38
Итого		9	9,1	46,5	308
Всего		48,5	49,6	191,2	1423

Медицинская сестра _____ Елеференко С.Ю.

135 руб

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 июля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	200	6,2	9	19,6	186
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,3	7,6	15,5	139
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,1	5,6	19,3	149
Итого		13,6	22,2	54,4	474
II Завтрак					
НАПИТОК С ЛИМОНОМ	180	0,1		0,5	5
Итого		0,1		0,5	5
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	80	0,7	4,1	6,5	67
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,2	10,4	19,5	207
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,3	3,1	34,2	186
ПАЛОЧКИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160	13,6	11,8	14,5	228
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83
Итого		33,8	30	121,4	904
Полдник					
СНЕЖОК	180				
Итого					
Ужин					
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	165	7,8	9,9	32,3	252
ЧАЙ	200	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	7,8	38
Итого		9,7	10,8	50,6	343
Всего		57,2	63	226,9	1726

Медицинская сестра _____ Елеференко С.Ю.

135 руб