

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.

МЕНЮ

8 июля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	180	5,2	8,1	17,3	164
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,2	5,7	15,2	122
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	4,2	4,7	15,1	120
Итого		11,6	18,5	47,6	406
Обед					
СУП ОСЕННИЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,1	8,1	10,5	137
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	11,3	11,5	24,9	249
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,4	0,3	15,6	75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45
Итого		20,2	20	70,2	545
Полдник					
АПЕЛЬСИН	72	0,6	0,1	5,8	31
Итого		0,6	0,1	5,8	31
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,7	11,9	4,9	158
ЧАЙ	180	0,1		7,9	32
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		9,3	12,5	23,1	242
Всего		41,7	51,1	146,7	1224

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 147р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

8 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	8,9	19,7	185
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,2	6	15,2	124
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	5,1	5,5	17,6	142
Итого		13,5	20,4	52,5	451
Обед					
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	240/10	7,4	7,5	19,4	174
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	13	14,1	27,9	291
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,1	0,4	19,6	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78
Итого		26	22,2	93,2	677
Полдник					
АПЕЛЬСИН	144	1,3	0,3	11,7	62
Итого		1,3	0,3	11,7	62
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,6	15,7	5,4	207
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	200	0,1		9,7	39
Итого		12,2	16,3	25,4	298
Всего		53	59,2	182,8	1488

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 147р