

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

А.И.Сидорова /Голина Е.Г./

МЕНЮ

15 июля 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	6,3	7,8	21,6	184
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	308	2,4	7,4	16,7	144
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	195	5	5,4	13,2	144
Итого		13,7	20,6	56,5	472
Обед					
СУП С ПШЕНОМ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250	7,8	10,8	21,2	213
КАША ГОРОХОВАЯ	140	15,3	2,8	32	215
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	85/40	14	16,8	8,7	241
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,5	78
Итого		42,8	31	106,3	875
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	185	20,5	14,7	45,8	400
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	7,9	34
Итого		20,6	14,8	53,7	434
Всего		77,1	66,4	216,5	1781

Медицинская сестра *Ев* Елеференко С.Ю.

Стоимость: 149 р

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 июля 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	5,3	6,3	18,1	150
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,4	6	16,6	131
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	175	4,3	4,6	15,2	120
Итого		12	16,9	49,9	401
Обед					
СУП С ПШЕНОМ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,5	7,8	17,4	166
ИКРА МОРКОВНАЯ	120	1,6	3,5	9,8	79
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	75/20	11,8	12,8	7,6	195
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,9	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,5	45
Итого		23,8	24,5	66,3	587
Ужин					
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	17,2	13,1	39,9	349
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	5,3	23
Итого		17,3	13,2	45,2	372
Всего		53,1	54,6	161,4	1360

Медицинская сестра *Ев* Елеференко С.Ю.

Стоимость: 149р