

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 августа 2022 г.
Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	180	5,4	7,7	15,5	154
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15,4	124
КАКАО С МОЛОКОМ	175	4,5	4,8	14,3	119
Итого		12,2	18,4	45,2	397
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	3,5	21
Итого		0,3	0,1	3,5	21
Обед					
САЛАТ "МОРКОВКА"	30	0,5	1,2	4	30
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,7	5,3	18	133
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	160	4,6	4,2	25,2	161
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,7	0,4	17,5	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,4	0,1	9,3	44
Итого		11,9	11,2	83,7	491
Полдник					
РЯЖЕНКА	153	5,2	3,8	8,4	94
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83
Итого		6,7	5,8	23,3	177
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,7	11,3	4,9	153
ЧАЙ	190	0,2		8,2	33
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		9,4	11,9	23,4	238
Всего		40,5	47,4	179,1	1324

Медицинская сестра *Ев* Елеференко С.Ю.

Итого: 1324

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 августа 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	6,7	9,6	20,6	198
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,9	15,5	142
КАКАО С МОЛОКОМ	195	5,2	5,6	17,6	144
Итого		14,2	23,1	53,7	484
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	4,7	28
Итого		0,3	0,1	4,7	28
Обед					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,9	2,3	8,1	57
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,5	4,4	22,8	145
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	180	5,4	6	29,1	196
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,5	0,2	16,2	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	3,4	0,5	21,8	105
Итого		15,7	13,4	107,7	619
Полдник					
РЯЖЕНКА	184	6,3	4,6	10,1	112
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого		8,6	7,5	32,4	237
Ужин					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	28	0,9	0,1	1,7	11
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,9	15,8	5,8	211
ЧАЙ	210	0,2		10,1	41
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		13,5	16,5	27,9	315
Всего		52,3	60,6	226,4	1683

Медицинская сестра

С.Ю.

Елеференко С.Ю.

Энергия : 1614