

**МЕНЮ**

12 августа 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	5,5	6,5	19,4	159
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	15,9	127
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	185	4,4	4,8	15,9	125
Итого		12,2	17,3	51,2	411
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	4,9	25
Итого		0,2	0,1	4,9	25
<b>Обед</b>					
СУП С ПШЕНОМ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/9	6,9	9,1	19,7	188
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,6	3,3	24,1	141
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	65/20	9,4	11,5	6,1	167
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,1	11,2	53
Итого		24,4	24,4	87,4	669
<b>Ужин</b>					
ВИНГЕРКА С ТВОРОГОМ	165	17,5	13,1	41,6	358
КЕФИР	181	5,2	4,5	7,2	96
Итого		22,7	17,6	48,8	454
Всего		59,5	59,4	192,3	1559

Медицинская сестра

*Ев*

Елефференко С.Ю.

Стоимость: 149р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Арина Саева* Голина Е. Г.

# МЕНЮ

12 августа 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	6,6	8,2	22,8	194
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,6	16	141
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	205	5,3	5,6	19,8	153
Итого		14,2	21,4	58,6	488
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	10,4	51
Итого		0,4	0,2	10,4	51
<b>Обед</b>					
СУП С ПШЕНОМ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,1	11,7	25	240
КАША ГОРОХОВАЯ	165	18,2	3,2	38,1	255
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	75/40	11	14,6	8,9	210
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			10,6	42
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	3,5	0,5	22,2	107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	3	0,2	19,5	92
Итого		43,8	30,2	124,3	946
<b>Ужин</b>					
ВИНГЕРКА С ТВОРОГОМ	190	21,3	15,2	48,1	418
КЕФИР	217	6,3	5,4	8,7	115
Итого		27,6	20,6	56,8	533
Всего		86	72,4	250,1	2018

Медицинская сестра

*С.Ю.*

Елеференко С. Ю.

*Стоимость: 149р*