

Утверждаю

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



МЕНЮ
1 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	180	6,3	7,4	22,3	182
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	16	128
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	15,3	121
Итого		13	18,1	53,6	431
II Завтрак					
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	68	0,4	0,1	13,1	57
Итого		0,4	0,1	13,1	57
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР	35	0,4	2,1	1,9	29
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,5	5	15,3	129
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,1	2,2	33,2	174
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	10,8	5,7	3,9	122
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,4	0,3	15,2	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	9,9	47
Итого		25,7	15,4	87,2	605
Полдник					
РАССТЕГАЙ РЫБНЫЙ	150	19,9	6,6	52,8	351
КИСЕЛЬ	155				
Итого		19,9	6,6	52,8	351
Ужин					
ЯБЛОКО	112	0,4	0,4	11	53
Итого		0,4	0,4	11	53
Всего		59,4	40,6	217,7	1497

Медицинская сестра

Ен

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 152р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ
1 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	200	7,6	9,4	27,6	227
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,6	16,1	142
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,2	5,6	18,6	148
Итого		15,1	22,6	62,3	517
II Завтрак					
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	69	0,4	0,1	13,1	57
Итого		0,4	0,1	13,1	57
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР	45	0,6	3,1	2,9	44
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	6,7	9,1	19,7	189
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	3,2	36,7	199
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	10,8	5,5	3,8	121
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3	0,4	19	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	82
Итого		29,4	21,5	109	764
Полдник					
РАССТЕГАЙ РЫБНЫЙ	175	24,2	11,4	69	475
КИСЕЛЬ	155				
Итого		24,2	11,4	69	475
Ужин					
АПЕЛЬСИН	112	1	0,2	9	48
Итого		1	0,2	9	48
Всего		70,1	55,8	262,4	1861

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Время: 15 дп