

МЕНЮ

25 августа 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,7	8,5	26,4	214
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/8/10	2,6	3,7	18,1	117
КАКАО С МОЛОКОМ	190	5,6	6	20,9	162
Итого		15,9	18,2	65,4	493
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	4,4	25
Итого		0,3	0,1	4,4	25
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70				
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б	250	4,8	9,8	18,7	183
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,7	5,2	39,2	219
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	13,7	7,2	13	187
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			12,4	50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	18,1	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	82
Итого		27,6	22,8	118,7	808
Полдник					
КИСЕЛЬ	190				
Итого					
Ужин					
САЛАТ ТЁПЛЫЙ	70	6,8	5,9	19,2	159
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	65	19,8	4,1	4,6	133
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180			0,1	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,8	0,7	12	61
Итого		28,4	10,7	35,9	354
Всего		72,2	51,8	224,4	1680

Медицинская сестра

Ев

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 162р

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ
25 августа 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	6,8	21,3	172
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,6	3,8	18,1	118
КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,6	5	17	132
Итого		13,6	15,6	56,4	422
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	2,9	17
Итого		0,2	0,1	2,9	17
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4	0,1	1,4	8
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б	200	4,6	7,5	18,5	161
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,2	4,5	34,1	190
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,5	5,1	9	137
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			9,9	40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,8	0,4	18,1	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,1	9,9	47
Итого		23	17,7	100,9	670
Полдник					
КИСЕЛЬ	155				
Итого					
Ужин					
САЛАТ ТЁПЛЫЙ	55	0,9	3,9	4,9	59
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	50	16,5	2,8	3,4	105
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,4		0,9	6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,8	0,7	12	61
Итого		19,6	7,4	21,2	231
Всего		56,4	40,8	181,4	1340

Медицинская сестра

Ен

Елеференко С.Ю.

Стоимость : 162р