

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г.



МЕНЮ

13 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	15,70	6	8,7	17,4	173
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	7,77	4,3	3,5	14,9	109
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,32	4,9	5,2	14,9	127
Итого		35,79	15,2	17,4	47,2	409
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,66	0,5		12	50
Итого		0,66	0,5		12	50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	19	0,85	0,1		0,3	2
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,89	5	6,9	24,2	182
МАКАРОННЫЕ ИДЕЛИЯ ОТВОРНЫЕ	130	4,57	5,3	2,3	34,2	179
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	55/50	24,14	10,1	7,4	3,6	134
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,66			7,4	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,78	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	1,6	0,1	10,2	48
Итого		52,80	24,7	17	96,3	653
Полдник						
КЕФИР	150	8,69	4,4	3,8	6	80
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,17	1,5	2	14,9	83
Итого		10,86	5,9	5,8	20,9	163
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	9,33	2,7	2,2	22,2	120
ЧАЙ	284	0,40	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,14	1,4	0,6	9,9	51
Итого		10,87	4,3	2,8	32,4	173
Всего		110,98	50,6	43	208,8	1448

Медицинская сестра

Трифорова

Елеференко С.Ю.

Трифорова И.И.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г.



МЕНЮ
13 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	17,30	6,7	9,2	19,5	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	8,38	4,5	3,7	14,9	112
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,95	5,5	5,8	17,7	147
Итого		39,63	16,7	18,7	52,1	449
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,34	0,5		8,4	36
Итого		0,34	0,5		8,4	36
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	24	1,08	0,1		0,4	2
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	20,31	5,4	9	24,3	200
МАКАРОННЫЕ ИДЕЛИЯ ОТВОРНЫЕ	150	5,46	5,8	3,1	37,5	202
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	60/50	26,80	11,2	8,2	6,7	159
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,84			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,22	3,2	0,4	20,5	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,61	2,7	0,2	17,9	85
Итого		58,32	28,4	20,9	116,6	784
Полдник						
КЕФИР	180	13,66	5,2	4,5	7,2	95
ПЕЧЕНЬЕ	35	6,13	2,6	3,4	26,1	146
Итого		19,80	7,8	7,9	33,3	241
Ужин						
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	35	14,88	6,2	10,1	2	124
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	10,72	3	3	24,4	137
ЧАЙ	316	0,38	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,14	1,4	0,6	9,9	51
Итого		27,12	10,8	13,7	36,6	314
Всего		145,20	64,2	61,2	247	1824

Медицинская сестра
Клеодовицкая

Е

Елеференко С.Ю.

Трушкова И. И.