

Утверждаю

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



# МЕНЮ

14 сентября 2022 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	13,57	5,8	7,2	19,6	167
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	5,54	2,3	5,8	15,8	125
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,73	4,4	4,7	15,2	121
Итого		30,85	12,5	17,7	50,6	413
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	157	2,01	0,2	0,1	2,9	17
Итого		2,01	0,2	0,1	2,9	17
<b>Обед</b>						
СУП С ПШЕНОМ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200	24,17	6,4	8,1	18,8	175
ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПОД ОМЛЕТОМ	120	14,97	8,9	13	8,1	186
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	39,77	9,8	11,7	1,8	152
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,68			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,82	2,6	0,3	16,8	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,93	1,6	0,1	10,4	49
Итого		82,35	29,3	33,2	63,5	673
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	150	0,00	4,4	3,8	6	80
Итого		0,00	4,4	3,8	6	80
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО	98	10,00	0,4	0,4	9,6	46
ПУДИНГ ТВОРОЖЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	120	40,62	21,6	16,5	42,5	409
ЧАЙ	293	0,41	0,2		0,3	2
Итого		51,03	22,2	16,9	52,4	457
Всего		166,24	68,6	71,7	175,4	1640

Медицинская сестра

*Клебова И.И.*

Елеференко С.Ю.

*Елеференко С.Ю.*

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./



# МЕНЮ

14 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200	16,51	6,7	8,9	22,9	201
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,85	2,3	7,5	15,9	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,03	5,2	5,5	18,2	145
Итого		37,39	14,2	21,9	57	486
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	186	2,66	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,66	0,3	0,1	3,9	23
<b>Обед</b>						
СУП С ПШЕНОМ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250	29,40	7,7	11,2	23,1	224
ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПОД ОМЛЕТОМ	160	17,73	11,8	17,4	9,3	243
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	46,79	11,2	15	2,4	190
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,84			9,2	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	2,27	3,3	0,4	20,9	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,64	2,8	0,2	18,3	86
Итого		98,66	36,8	44,2	83,2	881
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	180	0,00	5,2	4,5	7,2	95
Итого		0,00	5,2	4,5	7,2	95
<b>Ужин</b>						
АПЕЛЬСИН	127	17,10	1,1	0,3	10,3	55
ПУДИНГ ТВОРОЖЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	160	59,41	28,8	22,3	55,5	542
ЧАЙ	293	0,39	0,2		0,3	2
Итого		76,90	30,1	22,6	66,1	599
Всего		215,60	86,6	93,3	217,4	2084

Медицинская сестра *Е* Елеференко С.Ю.

*Киселевская* *Триф* *Тришенина Н.Н.*