

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 180 | 6,1 | 7,4 | 23,6 | 185 |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ | 30/10 | 4,3 | 8,5 | 15,6 | 157 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,6 | 4,9 | 14,6 | 121 |
| Итого | | 15 | 20,8 | 53,8 | 463 |
| II Завтрак | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 1,9 | 9 |
| Итого | | 0,1 | 0,1 | 1,9 | 9 |
| Обед | | | | | |
| СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ | 200/8 | 6,4 | 6,5 | 17,7 | 155 |
| ИКРА МОРКОВНАЯ | 130 | 2 | 5,8 | 14 | 119 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50 | 10,2 | 12,6 | 2,8 | 166 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 5,9 | 24 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 41 | 2,7 | 0,4 | 17,3 | 83 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 22 | 1,7 | 0,1 | 10,9 | 52 |
| Итого | | 23 | 25,4 | 68,6 | 599 |
| Полдник | | | | | |
| СНЕЖОК | 150 | 5,1 | 3,8 | 8,3 | 92 |
| Итого | | 5,1 | 3,8 | 8,3 | 92 |
| Ужин | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА С МОРКОВЬЮ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 130/20 | 21,6 | 15,1 | 36,7 | 374 |
| ЧАЙ | 230 | 0,1 | | 0,3 | 2 |
| Итого | | 21,7 | 15,1 | 37 | 376 |
| Всего | | 64,9 | 65,2 | 169,6 | 1539 |

Медицинская сестра

Ек

Елеференко С.Ю.

Стоимость: 165р