

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
6 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	27	0,6	2,6	2,2	35
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,6	80
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,2	5,5	18,5	147
Итого		13,2	13,6	36,6	325
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	4,7	27
Итого		0,3	0,1	4,7	27
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,5	3	10,6	73
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/12	6,4	7,4	22,7	183
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	150	17,4	10	47,3	361
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,9	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79
Итого		30,1	21	128,4	837
<b>Полдник</b>					
БИФИДОК	173	5,9	4,3	9,5	106
Итого		5,9	4,3	9,5	106
<b>Ужин</b>					
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	5,3	6	29,2	192
ЧАЙ	200	0,2		0,3	2
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		7	6,6	39,8	246
Всего		56,5	45,6	219	1541

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

*Ев*

Елеференко С.Ю.

Итого: 1539

Утверждаю

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



# МЕНЮ

6 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	20	0,4	1,9	1,6	26
БУТЕРБРОД	30	2,3	0,9	15,6	80
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,7	15,2	121
Итого		12,1	12,1	32,7	290
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,1		1,6	9
Итого		0,1		1,6	9
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,4	2,1	7,3	50
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,3	7,5	18,2	163
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	150	16,7	9,4	44	340
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3	0,4	19,4	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,4	44
Итого		26,8	19,5	106	722
<b>Полдник</b>					
БИФИДОК	144	4,9	3,6	7,9	88
Итого		4,9	3,6	7,9	88
<b>Ужин</b>					
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	155	4,7	5,2	26,3	172
ЧАЙ	180	0,1		0,2	1
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
Итого		6,3	5,8	36,8	225
Всего		50,2	41	185	1334

Медицинская сестра

*Ел*

Елеференко С.Ю.

*Стоимости: 153р*