

СОГЛАСОВАНО

Директор
ГБОУ средняя школа №21 им. Э.П. Шаффе
/Ю. И. Ачкасова/

МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.3	90
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.3	6.6	26.1	185
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2.6	1.9	13	80
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
Итого		10.9	13.8	59.7	407
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	6.8	85
Итого		4.2	3.8	6.8	85
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.5	4.1	2.9	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, МЯСОМ	150	2.6	2.5	7.2	61
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10.1	5.9	2.6	104
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	2.5	2.9	10.6	78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.1	0.1	6.6	28
Итого		17.1	15.7	38.4	363
Полдник					
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8.2	12.5	6.6	171
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2.5	3.1	10.7	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0.8	0.2	15.2	65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0.4	0.4	9.3	45
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
Итого		14.7	18.4	65.2	487
Всего		46.9	51.7	170.1	1342

Медицинская сестра _____

СОГЛАСОВАНО

Директор
ГБОУ средняя школа №21 им. Э.П. Шаффе
Ю. И. Ачкасова/

МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.3	90
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6.4	7.1	31.5	216
КАША ЖИДКАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	180	3.9	4.9	27.3	169
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.9	2.2	14.8	91
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0.1		5.9	24
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
Итого		12.3	14.6	66.9	449
II Завтрак					
КЕФИР	150	4.4	3.8	6	80
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5			4.9	20
Итого		4.4	3.8	6	80
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0.7	5.6	4	69
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, МЯСОМ	200	4.3	3.9	8.9	88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2	2.3	15.6	91
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11.8	7	3	122
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	20.5	17.6	0.4	242
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	135	2.8	2.9	12	86
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	135	2.3	1.4	10.4	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.1	0.1	8	33
Итого		23.2	20.4	58.9	511
Полдник					
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	70	9.5	14.5	7.7	200
КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	17.2	17.4	0.4	226
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	3.6	12.9	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0.5		29.7	122
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
Итого		15.3	19.4	84.1	579
Всего		55.2	58.2	215.9	1619

Медицинская сестра _____