

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

20 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	16,56	6,5	9,4	19,9	192
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/11/8	15,06	5,1	11,4	15,5	186
КАКАО С МОЛОКОМ	185	12,89	5,1	5,4	16,2	136
Итого		44,51	16,7	26,2	51,6	514
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	2,69	0,4		10,9	46
Итого		2,69	0,4		10,9	46
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	80	7,11	0,7	4,3	6,6	69
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/12	23,41	5,7	9,9	23,4	208
ПИРОКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	155	33,43	19,1	12,1	49,5	297
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОСЛИВА	180	1,99	0,1		8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,30	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,58	2,7	0,2	17,6	83
Итого		69,82	31,6	26,9	126,6	893
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	183	14,30				
ПЕЧЕНЬЕ	8	1,38	0,6	0,8	5,8	33
Итого		15,68	0,6	0,8	5,8	33
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ	140	5,22	4,5	3,7	28,8	167
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	41	6,35	0,6	2,8	2,4	38
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	8,18	0,3	0,3	7,8	38
ЧАЙ	200	8,43	3,3		7,4	43
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,17	1,5	0,6	10,3	52
Итого		29,34	10,2	7,4	56,7	338
Всего		162,05	59,5	61,3	251,6	1824

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Хаджиева А.В.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

20 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	185	13,47	5,5	7,5	16,5	156
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/10	9,30	4,5	9,1	15,5	162
КАКАО С МОЛОКОМ	155	11,04	4,3	4,7	13,1	113
Итого		33,81	14,3	21,3	45,1	431
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	1,94	0,3		8,7	36
Итого		1,94	0,3		8,7	36
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ	60	5,87	0,6	3	8,1	64
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/11	17,15	4,2	7,5	15,5	148
ПИРОКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	145	29,90	17,2	9,5	42	333
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЧЕРНОСЛИВА	150	1,59			7,3	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,5	0,1	10	47
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,60	2,6	0,4	17	82
Итого		57,02	26,1	20,5	99,9	704
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	152	11,91				
ПЕЧЕНЬЕ	8	1,37	0,6	0,8	5,8	33
Итого		13,28	0,6	0,8	5,8	33
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,24	4,3	2,6	27,4	150
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	4,75	0,5	2,1	1,8	28
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	8,18	0,3	0,3	7,8	38
ЧАЙ	180	0,94	0,1		7,8	32
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
Итого		19,30	6,7	5,6	55,1	300
Всего		125,35	48	48,2	214,6	1504

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.