

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ	150	22,06	11,7	17	6,5	227
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	25	3,86	0,4	1,7	1,5	23
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	5,44	1,7	6	12	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,84	4	4,2	16,5	120
Итого		42,19	17,8	28,9	36,5	479
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	1,51	0,1		7,3	30
Итого		1,51	0,1		7,3	30
Обед						
ОГУРЕ СОЛЕННЫЙ	35	2,59	0,3		0,6	5
СУП ФАСОЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,27	7,2	7,6	28,5	215
ПЛОВ С КУРАМИ	180	27,37	3,8	7,8	34,8	225
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,82			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	2,12	3,1	0,4	19,6	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,56	2,6	0,2	17,4	82
Итого		58,74	17	16	108,7	652
Полдник						
КЕФИР	183	13,86	5,1	4,5	7,1	94
Итого		13,86	5,1	4,5	7,1	94
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ И ПОВИДЛОМ	125	11,92	8,6	10,1	55,5	347
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	2,47	0,3	0,1	3,6	21
Итого		14,38	8,9	10,2	59,1	368
Всего		130,68	48,9	59,6	218,7	1623

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.