



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

# МЕНЮ

29 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>						
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	200	16,83	7,6	9,1	29,3	230
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	5,14	2,2	7,5	15,1	138
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,19	5,3	5,6	18,8	149
Итого		36,16	15,1	22,2	63,2	517
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	9,69	0,4	0,4	9,3	45
Итого		9,69	0,4	0,4	9,3	45
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ	68	5,04	0,7		1,6	10
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	32,06	7,6	10,7	21,6	215
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,17	5,4	3	34,6	187
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	28,57	12,1	8,8	5,5	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,07			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	0,05	3,3	0,4	21,3	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	0,00	2,8	0,2	18,6	88
Итого		72,97	31,9	23,1	112,9	806
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	2,37				
ГРЕНКИ	19	0,00	2,2	0,9	15,2	78
Итого		2,37	2,2	0,9	15,2	78
<b>Ужин</b>						
КНЕЛИ РЫБНЫЕ В КРАСНОМ СОУСЕ	145	38,59	17	8,5	28,6	260
ЧАЙ	200	0,21	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,6	10,1	51
Итого		38,81	18,6	9,1	38,9	312
Всего		160,00	68,2	55,7	239,5	1758

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





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

## МЕНЮ

29 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>						
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	180	14,00	6,6	7,4	23,6	188
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	3,73	2,2	5,7	15	121
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,72	4,4	4,7	15,4	122
Итого		29,45	13,2	17,8	54	431
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	9,10	0,4	0,4	8,7	42
Итого		9,10	0,4	0,4	8,7	42
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СОЛЁНЫЙ	56	4,17	0,6		1,4	8
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	24,59	6,2	6,1	16,5	149
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,26	5	2,1	32,4	169
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	45	23,09	10	6,4	3,8	125
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,93			7,9	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,00	1,6	0,1	10,6	50
Итого		58,04	26	15,1	89,6	615
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,39				
ГРЕНКИ	19	0,00	2,2	0,9	15,3	78
Итого		1,39	2,2	0,9	15,3	78
<b>Ужин</b>						
КНЕЛИ РЫБНЫЕ В КРАСНОМ СОУСЕ	120	33,23	15	5,7	23	206
ЧАЙ	180	0,86	0,1		8	32
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,6	10,1	51
Итого		34,09	16,6	6,3	41,1	289
Всего		132,07	58,4	40,5	208,7	1455

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.