

Утверждаю



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

МЕНЮ
3 октября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	15,36	5,4	8,3	20	178
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	5,17	2,4	7,7	16,6	146
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,17	0,1		8,7	35
Итого		21,70	7,9	16	45,3	359
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,10	0,3	0,1	4,6	27
Итого		3,10	0,3	0,1	4,6	27
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	55	5,08	0,9	4,5	7,5	76
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	22,88	4	4,7	27,2	167
КУРНИК	180	31,93	11,9	10,2	64,8	400
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,04			8	32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	0,00	3	0,2	19,5	92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	53	0,00	3,5	0,5	22,4	108
Итого		61,94	23,3	20,1	149,4	875
Полдник						
КИСЕЛЬ	175	1,87				
Итого		1,87				
Ужин						
СОЛНЫШКО	50	5,43	0,8	2,3	6,8	52
РЫБА ПО СВЕТАНОВСКИ	165	51,53	23,8	16,8	9,5	288
ЧАЙ	125	0,22	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,00	1,6	0,6	10,9	56
Итого		57,18	26,3	19,7	27,4	397
Всего		145,78	57,8	55,9	226,7	1658

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Алимова Голина Е. Г. /



МЕНЮ

3 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	14,92	5,2	8,1	17,3	165
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	3,83	2,4	5,9	16,5	130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,82	0,1		6,4	26
Итого		19,57	7,7	14	40,2	321
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,11	0,1		1,6	10
Итого		1,11	0,1		1,6	10
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	3,07	0,6	1,7	3,5	32
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,21	3,3	5,5	22,1	152
КУРНИК	165	26,34	10,4	8,6	55	340
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,64			5,9	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	0,00	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	0,00	1,7	0,1	11,1	53
Итого		50,26	18,8	16,3	115,5	687
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,10				
Итого		1,10				
Ужин						
СОЛНЫШКО	30	3,47	0,5	1,4	4,7	34
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	145	39,50	18,1	12,2	7,7	214
ЧАЙ	125	0,17	0,1		0,1	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,00	1,6	0,6	10,9	56
Итого		43,15	20,3	14,2	23,4	305
Всего		115,19	46,9	44,5	180,7	1323

Зав. производством (шеф-повар) _____ Хаджиева А. В.