

Утверждаю

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



МЕНЮ
28 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 ЯЧНЕВЫЙ	200	17,14	6,1	8,8	19,1	183
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	0,00	2,3	6	15,6	126
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	15,87	5,3	5,7	18,5	148
Итого		41,21	18,8	25,1	53,5	520
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,20	0,3	0,1	8	40
Итого		3,20	0,3	0,1	8	40
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	45	2,19	0,6	1,4	3,9	32
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/12	29,42	8,4	10,7	28	244
ЗРАЗА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	44,03	11,6	13,3	26,2	271
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,20			10	40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	0,00	3,2	0,4	20,6	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	0,00	2,3	0,2	15,3	72
Итого		77,83	26,1	26	104	758
Ужин						
ЯБЛОКО	109	12,40	0,4	0,4	10,7	51
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ	170	11,44	9,8	9,2	54,2	340
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	2,19	0,3		7,5	32
Итого		26,03	10,5	9,6	72,4	423
Всего		148,27	55,7	60,8	237,9	1741

Зав. производством (шеф-повар) *А.В.*

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ
28 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 ЯЧНЕВЫЙ	180	12,46	5,1	8,1	16,9	162
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	0,00	2,3	5,7	15,6	123
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	0,00	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	13,46	4,7	5	11,1	110
Итого		25,91	17,2	23,4	43,9	458
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,93	0,1		1,4	8
Итого		0,93	0,1		1,4	8
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	1,62	0,5	0,8	2,8	21
СУП ОСЕННИЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/10	22,11	5,5	7,8	10,3	133
ЗРАЗА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	41,74	11,4	10,7	23,3	236
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,93			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	0,00	2,6	0,3	16,6	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	0,00	1,3	0,1	8,8	41
Итого		67,39	21,3	19,7	69,5	542
Ужин						
ЯБЛОКО	95	10,75	0,4	0,4	9,3	45
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ	155	8,99	8,3	6,6	47,3	283
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,77	0,1		5,2	21
Итого		20,51	8,8	7	61,8	349
Всего		114,75	47,4	50,1	176,6	1357

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