

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е. Г./



# МЕНЮ

20 октября 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 КУКУРУНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,38	5	8,8	11,9	149
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/8/10	6,86	2,3	7,6	15,5	139
КАКАО С МОЛОКОМ	180	15,14	5,5	5,9	17,6	148
Итого		40,38	12,8	22,3	45	436
<b>II Завтрак</b>						
ПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,96	0,1	0,1	10,6	44
Итого		2,96	0,1	0,1	10,6	44
<b>Обед</b>						
СОЛЁНЫЙ ПОМИДОР	80	3,99	0,9		1,8	11
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б	250	20,07	5,4	8,5	16,5	166
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,78	3,7	5,2	39,2	219
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	25,72	10,8	9	5,2	160
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,00			9,2	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,03	2,9	0,4	18,6	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,40	2,4	0,2	15,6	74
Итого		63,99	26,1	23,3	106,1	756
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,94				
Итого		1,94				
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ТЁПЛЫЙ	75	13,34	9,3	8	25	215
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	70,15	24,1	10,5	5,2	212
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	180	0,24	0,1		0,2	1
Итого		84,91	35	19,1	40,7	480
Всего		194,18	74	64,8	202,4	1716

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./



# МЕНЮ

20 октября 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 КУКУРУЗАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,10	4,3	7,1	9,9	122
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,61	2,3	7,2	15,5	136
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,59	4,5	4,8	14,5	120
<i>Итого</i>		34,30	11,1	19,1	39,9	378
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	2,07			8,4	34
<i>Итого</i>		2,07			8,4	34
<b>Обед</b>						
СОЛЁНЫЙ ПОМИДОР	59	0,00	0,6		1,4	8
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б	200	18,06	5	7,1	16,4	149
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,77	3,2	4,5	34,1	190
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	45	19,85	8,4	7	4	123
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,71			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,02	2,9	0,4	18,6	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	0,80	1,3	0,1	8,9	42
<i>Итого</i>		50,21	21,4	19,1	90,9	631
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,29				
<i>Итого</i>		1,29				
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ТЁПЛЫЙ	55	6,43	1	5,5	5,2	75
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	58,29	20,3	6,6	3,8	157
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	180	0,27	0,1		0,2	1
<i>Итого</i>		66,17	22,9	12,7	19,5	285
<b>Всего</b>		154,03	55,4	50,9	158,7	1328

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.