



Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
5 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 МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	180	13,63	5,8	7,3	21	173
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	5,23	2,2	5,5	15,1	119
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	11,40	4,3	4,7	13,3	113
Итого		30,26	12,3	17,5	49,4	405
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,07	0,1		1,6	9
Итого		1,07	0,1		1,6	9
<b>Обед</b>						
СОЛНЫШКО	25	3,20	0,5	1,4	4	31
СОЛЯНКА РЫБНАЯ	200	20,33	7,9	6,7	16,4	159
РАССТЕГАЙ РЫБНЫЙ	140	27,33	16,2	6	42,3	289
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,62			5,9	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,76	2,5	0,3	16,2	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,03	1,7	0,1	11,4	54
Итого		55,27	28,8	14,5	96,2	635
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,07				
Итого		1,07				
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	99	14,73	0,4	0,4	9,8	47
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	155	14,63	4,6	4,8	26,1	167
ЧАЙ	158	0,22	0,1		0,2	1
БАТОН	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
Итого		30,76	6,6	5,8	46,4	267
Всего		118,43	47,8	37,8	193,6	1316

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

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 2

/Голина Е.И.



# МЕНЮ

6 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>						
СУП МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,55	6,8	8,6	22	194
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35/10	8,05	5,2	4,5	16,4	128
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,57	5,5	5,8	16,8	144
Итого		38,18	17,5	18,9	55,2	466
<b>II Завтрак</b>						
ЛАКОМКА	50	5,63	0,9	2,6	8,2	60
Итого		5,63	0,9	2,6	8,2	60
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ <i>не поставлен</i>	34	2,75	0,4	0,1	1,3	8
СУП МОЗАЙКА НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТНОЙ	250	34,14	9,2	9,9	18,6	202
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150	10,09	5,5	7	25,3	187
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,07			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	0,06	3,2	0,4	20,8	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	0,00	2,6	0,2	17,1	81
Итого		49,11	20,9	17,6	91,5	612
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	184	15,77	5,3	4,6	7,4	98
Итого		15,77	5,3	4,6	7,4	98
<b>Ужин</b>						
АПЕЛЬСИН	102	13,67	0,9	0,2	8,2	44
СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	85,15	44,9	30,8	54,3	685
ЧАЙ	200	0,85	0,1		6,6	27
Итого		99,67	45,9	31	69,1	756
Всего		208,37	90,5	74,7	231,4	1999

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.