

МЕНЮ

4 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 КУКУРУЗНЫЙ	200	15,62	6,3	9,5	19,2	189
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,20	2,4	7,9	16,4	147
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,58	5,3	5,8	17,7	146
Итого		36,40	14	23,2	53,3	482
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,75	0,1	0,1	2,5	12
Итого		2,75	0,1	0,1	2,5	12
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	3,04	0,5	0,1	1,6	10
РАССОЛЬНИК НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/12	15,09	3,6	4,7	23,1	149
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,27	5,3	3,2	34,4	188
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	25,06	11,1	6,8	5	139
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,47			9,4	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	54	2,49	3,6	0,5	22,9	110
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,74	3	0,2	19,4	92
Итого		54,17	27,1	15,5	115,8	726
Полдник						
БИФИДОК	208	0,00	7,1	5,2	11,5	127
ГРЕНКИ	21	1,24	1,6	0,6	10,4	53
Итого		1,24	8,7	5,8	21,9	180
Ужин						
БАНАН	124	16,52	1,9	0,6	26	119
КАПУСТНЫЕ КОТЛЕТЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	175	28,41	10,1	9,8	29,9	251
БАТОН	21	1,24	1,6	0,6	10,7	55
ЧАЙ	200	0,92	0,1		7,5	31
Итого		47,09	13,7	11	74,1	456
Всего		141,65	63,6	55,6	267,6	1856

Зав. производством (шеф-повар) _____

Хаджиева А.В.

утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

4 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 КУКУРУЗНЫЙ	180	13,60	5,4	8,5	17,3	168
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,07	2,4	6,4	16,4	133
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,34	4,5	4,8	15,1	122
Итого		31,01	12,3	19,7	48,8	423
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	2,92	0,1	0,1	4,2	19
Итого		2,92	0,1	0,1	4,2	19
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	21	1,52	0,2		0,8	5
РАССОЛЬНИК НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/10	13,34	2,6	4,6	18,5	125
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,16	5	2	32,5	168
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	35	20,96	9,3	5,4	3,6	112
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,23			8,1	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,30	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,01	1,7	0,1	11,3	53
Итого		44,52	22,1	12,5	96	597
Полдник						
БИФИДОК	173	0,00	5,9	4,3	9,5	106
ГРЕНКИ	21	1,23	1,6	0,6	10,4	53
Итого		1,23	7,5	4,9	19,9	159
Ужин						
БАНАН	62	8,27	0,9	0,3	13	60
КАПУСТНЫЕ КОТЛЕТЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	23,43	8,2	7,7	21,2	189
БАТОН	21	1,23	1,6	0,6	10,7	55
ЧАЙ	180	0,79	0,1		6,7	27
Итого		33,71	10,8	8,6	51,6	331
Всего		113,38	52,8	45,8	220,5	1529

Зав. производством (шеф-повар) _____

Хаджиева А.В.