

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 октября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	16,68	6,9	8,8	26,2	215
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,19	2,2	6,7	15,2	130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	13,85	5,2	5,5	16,8	139
Итого		36,73	14,3	21	58,2	484
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,00	0,3	0,1	4,4	26
Итого		3,00	0,3	0,1	4,4	26
Обед						
СОЛНЫШКО	45	5,11	0,8	2	6,7	48
СОЛЯНКА РЫБНАЯ	245	24,53	9,2	8,7	20,5	200
РАССТЕГАЙ РЫБНЫЙ	160	32,14	18,6	8,6	48,8	347
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,95			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,22	3,2	0,4	20,4	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,82	3,1	0,3	20,3	96
Итого		67,76	34,9	20	124,3	819
Полдник						
КИСЕЛЬ	175	1,81				
Итого		1,81				
Ужин						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200	29,05	0,8	0,8	19,6	94
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	16,26	5,1	5,3	28,7	185
ЧАЙ	176	0,27	0,1		0,2	1
БАТОН	20	1,19	1,5	0,6	10,3	53
Итого		46,76	7,5	6,7	58,8	333
Всего		156,06	57	47,8	245,7	1662

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.



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	
Завтрак						
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
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,07	0,1		1,6	9
Итого		1,07	0,1		1,6	9
Обед						
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
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,07				
Итого		1,07				
Ужин						
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.