

Утверждаю

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



МЕНЮ
27 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	180	14,91	6,2	7,2	23,1	183
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/7	9,20	3,8	7,7	15,2	147
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,58	4,4	4,8	15	121
Итого		36,69	14,4	19,7	53,3	451
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,20	0,1	0,1	1,7	10
Итого		1,20	0,1	0,1	1,7	10
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	1,86	0,2		0,4	3
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	14,90	4,9	4,6	15,5	124
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	4,14	4,7	2,2	29,6	157
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	23,92	11	5,6	3,7	122
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,20			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	0,00	2,6	0,3	16,6	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,6	0,1	10,2	48
Итого		47,02	25	12,8	83,7	565
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,13				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,06	1,5	1,9	14,6	82
Итого		4,19	1,5	1,9	14,6	82
Ужин						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	140	19,37	17,4	11,9	7,3	208
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,77	0,1		5,2	21
БАТОН	20	0,00	1,5	0,6	10,3	52
Итого		20,14	19	12,5	22,8	281
Всего		109,23	60	47	176,1	1389

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