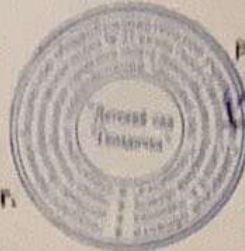


Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Головина Е. Г.



МЕНЮ
31 октября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,99	7,9	10,3	26,8	233
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,10	2,3	7,6	15,9	141
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	15,31	5,1	5,6	16,7	139
Итого		42,40	15,3	23,4	59,4	513
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						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	3,29	0,9	2,1	6,5	49
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	17,33	3,6	4,3	22,3	141
СУФЛЕ ИЗ КУР	180	42,54	12	16	13,1	245
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,22			7,9	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,76	3	0,2	19,6	92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,20	3,2	0,4	20,3	98
Итого		69,34	22,6	23	89,7	556
Полдник						
КЕФИР	167	14,39	4,8	4,1	6,5	86
ПЕЧЕНЬЕ	19	2,92	1,4	1,8	13,9	78
Итого		17,31	6,2	5,9	20,4	164
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	6,09	3,8	6,2	12	121
ЧАЙ	222	0,39	0,2		0,3	2
БАТОН С ПОВИДЛОМ	20	5,50	1,6	0,6	27,7	123
Итого		11,98	5,6	6,8	40	246
Всего		144,03	50	59,2	213,9	1605

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
/Голина Е.Г.



МЕНЮ
31 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,44	6,6	8,2	21,4	187
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,40	2,3	5,7	15,8	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	12,66	4,4	4,7	12,9	112
Итого		34,49	13,3	18,6	50,1	423
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,13	0,2	0,1	3,1	18
Итого		2,13	0,2	0,1	3,1	18
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА"	30	2,10	0,6	1,2	3,4	28
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	14,41	2,6	5,1	17,8	129
СУФЛЕ ИЗ КУР	160	33,57	8,7	11,3	10,7	181
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,75			5,6	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,32	1,9	0,3	12,2	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,88	1,5	0,1	9,8	46
Итого		54,02	15,3	18	59,5	466
Полдник						
КЕФИР	138	12,00	4	3,4	5,4	72
ПЕЧЕНЬЕ	9	1,43	0,7	0,9	6,8	38
Итого		13,43	4,7	4,3	12,2	110
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,02	3,3	5	10,6	103
ЧАЙ	194	0,27	0,1		0,2	1
БАТОН С ПОВИДЛОМ	20	4,67	1,6	0,6	24,4	109
Итого		7,96	5	5,6	35,2	213
Всего		112,03	38,5	46,6	160,1	1230

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.