

Утверждаю

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



## МЕНЮ

28 ноября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,34	6,5	8,3	21,1	186
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,58	2,3	6	15,4	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,81	4,7	5	15,6	128
Итого		35,73	13,5	19,3	52,1	438
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,27	0,2	0,1	3,3	20
Итого		2,27	0,2	0,1	3,3	20
<b>Обед</b>						
САЛАТ "МОРКОВКА"	30	0,84	0,4	1,3	1,9	21
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	11,98	2,5	5,3	16,6	126
СУФЛЕ ИЗ КУР	180	32,24	8,1	11	7	161
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,93			9,4	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,75	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,6	0,1	10,2	48
Итого		49,65	15,1	18	61,2	471
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	145	12,41	4,2	3,6	5,8	77
ПЕЧЕНЬЕ	16	2,57	1,2	1,6	12,2	69
Итого		14,98	5,4	5,2	18	146
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130	11,77	6,1	6,6	14	142
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,81	0,1		7,7	31
ГРЕНКИ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
Итого		13,75	7,7	7,2	32	225
Всего		116,38	41,9	49,8	166,6	1300

Зав. производством (шеф-повар)

*Хаджиева А.В.*

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



**МЕНЮ**  
28 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,94	7,9	10,3	26,4	232
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,22	2,3	7,7	15,5	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	15,67	5,3	5,6	18,5	147
Итого		42,82	15,5	23,6	60,4	519
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	-6,93	0,3	0,1	3,6	21
Итого		-6,93	0,3	0,1	3,6	21
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,18	0,7	2	4,1	37
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	15,02	3,3	7,8	20,9	167
СУФЛЕ ИЗ КУР	200	41,04	11,3	15,9	8,4	223
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,19			9,4	37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,59	2,7	0,2	17,7	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,20	3,2	0,4	20,2	97
Итого		63,21	21,2	26,3	80,7	645
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	174	14,90	5	4,3	7	92
ПЕЧЕНЬЕ	25	3,85	1,8	2,4	18,3	103
Итого		18,74	6,8	6,7	25,3	195
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140	13,91	6,8	8,8	16	173
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,96	0,1		9,6	38
ГРЕНКИ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
Итого		16,05	8,4	9,4	35,9	263
Всего		133,89	52,2	66,1	205,9	1643

Зав. производством (шеф-повар)

*Хасф*

Хаджиева А.В