

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

**МЕНЮ**

11 ноября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	180	15,06	5,6	7,4	17,8	161
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	4,78	2,2	5,9	15,2	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,89	3,3	3,6	12,4	96
Итого		29,73	11,1	16,9	45,4	380
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНА	150	3,70	0,2		1,6	9
Итого		3,70	0,2		1,6	9
Обед						
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,58	7,2	8,9	20,8	191
ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПОД ОМЛЕТОМ	115	16,52	8,6	13,6	7,6	188
ЁЖИКИ	50	27,15	10,5	10,5	8,2	169
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,62			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,6	0,3	16,8	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,6	0,1	10,3	48
Итого		65,87	30,5	33,4	70,4	704
Полдник						
КЕФИР	147	0,00	4,3	3,7	5,9	78
Итого		0,00	4,3	3,7	5,9	78
Ужин						
ПИРОЖКИ ТРОПИКАНКА	165	23,96	8,5	6,3	59,2	329
ЧАЙ	280	0,41	0,2		0,3	2
Итого		24,37	8,7	6,3	59,5	331
Всего		123,68	54,8	60,3	182,8	1502

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./

МЕНЮ

11 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	200	16,57	6,2	7,9	18,6	172
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,51	2,2	7,7	15,3	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,50	5	5,3	17	136
Итого		37,57	13,4	20,9	50,9	448
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНА	180	4,49	0,2	0,1	1,9	11
Итого		4,49	0,2	0,1	1,9	11
Обед						
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/12	22,25	7,8	11,2	22,8	223
ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПОД ОМЛЕТОМ	155	31,02	11,6	17,7	8,7	242
ЕЖИКИ	55	34,42	12,4	14,9	12	232
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,22			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	0,00	3,3	0,4	20,9	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	0,00	2,7	0,2	17,8	84
Итого		89,91	37,8	44,4	90,9	917
Полдник						
КЕФИР	178	0,00	5,1	4,4	7,1	94
Итого		0,00	5,1	4,4	7,1	94
Ужин						
ПИРОЖКИ ТРОПИКАНКА	190	29,49	9,5	8,1	66,5	379
ЧАЙ	310	0,49	0,2		0,4	2
Итого		29,99	9,7	8,1	66,9	381
Всего		161,95	66,2	77,9	217,7	1851

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.