

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
30 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 МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	16,04	5,9	7,6	22,6	184
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,41	2,3	5,8	15,4	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,89	4,4	4,8	14,9	121
Итого		35,33	12,6	18,2	52,9	428
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	147	1,89	0,2	0,1	2,8	16
Итого		1,89	0,2	0,1	2,8	16
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	2,42	0,3		0,5	4
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,49	7,1	9	12,6	161
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,65	4,9	3,8	31	178
ЗРАЗА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	60	38,23	14,4	15,5	3,8	213
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	165	1,73			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,90	2,7	0,4	17,5	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,96	1,6	0,1	10,7	51
Итого		69,38	31	28,8	83,6	721
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	157	0,00	4,5	3,9	6,3	83
Итого		0,00	4,5	3,9	6,3	83
<b>Ужин</b>						
СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	145/20	54,05	27,2	20,5	41,1	463
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,95	4,5	4,9	14,5	121
Итого		67,00	31,7	25,4	55,6	584
Всего		173,61	80	76,4	201,2	1832

Зав. производством (шеф-повар)

*Handwritten signature*

Хаджиева А В.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
30 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 МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	19,35	7,2	9,1	27,4	222
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,78	2,3	7,2	15,5	136
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	15,70	5,3	5,6	18,8	148
<b>Итого</b>		42,83	14,8	21,9	61,5	506
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	174	2,49	0,3	0,1	3,7	21
<b>Итого</b>		2,49	0,3	0,1	3,7	21
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	43	3,25	0,3		0,7	6
ЩИ С ФАСОЛЬЮ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/8	27,82	16,6	12,8	34,2	324
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,98	5,4	5,7	34,5	211
ЗРАЗА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	75	44,93	16,1	20,6	4,6	270
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	2,00			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	2,37	3,4	0,5	21,8	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,70	2,9	0,2	18,9	89
<b>Итого</b>		88,14	44,7	39,8	124	1042
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	188	0,00	5,4	4,7	7,5	100
<b>Итого</b>		0,00	5,4	4,7	7,5	100
<b>Ужин</b>						
СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/20	66,90	31,4	24	47,5	540
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,84	5,5	5,9	17,8	148
<b>Итого</b>		82,75	36,9	29,9	65,3	688
<b>Всего</b>		216,21	102,1	96,4	262	2357

Зав. производством (шеф-повар) *Л.А.*

Хаджиева А.В.

