

# МЕНЮ

10 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,02	5,9	7,3	20,9	174
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	4,78	2,2	5,9	15,2	123
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,23	4,7	5	15	126
Итого		33,02	12,8	18,2	51,1	423
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	5,34	0,5	0,2	13	66
Итого		5,34	0,5	0,2	13	66
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	20	0,85	0,3	2,1	1,7	28
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	10,93	4,8	6,8	18,1	153
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	8,79	3,7	4,1	23,6	145
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	45	15,97	8,9	4,3	3,5	100
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,12			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	0,00	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	0,00	2,4	0,2	15,9	75
Итого		38,66	22,7	17,8	86,8	610
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,54				
Итого		1,54				
<b>Ужин</b>						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	140	23,11	29	19,4	8,9	328
БАТОН	20	0,00	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	280	0,41	0,2		0,3	2
КОНФЕТА	12	3,90	0,3		10	41
Итого		27,42	31	20	29,5	423
Всего		105,99	67	56,2	180,4	1522

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

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

# МЕНЮ

10 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	17,49	7,1	8,2	24,9	204
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,45	2,2	7,7	15,3	139
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,99	5,2	5,6	17,8	145
Итого		38,93	14,5	21,5	58	488
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	5,42	0,5	0,2	14,7	72
Итого		5,42	0,5	0,2	14,7	72
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЛУКА С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	30	4,20	0,8	4,2	3,2	54
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	13,61	6,1	7,8	26,4	202
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	11,34	4,4	5,5	26,4	173
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	19,93	11,2	5,8	4	126
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,57			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	0,00	3,2	0,4	20,5	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	0,00	2,4	0,2	15,9	75
Итого		51,64	28,1	23,9	106	767
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,86				
Итого		1,86				
<b>Ужин</b>						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	160	23,90	31,6	21,6	9,8	381
БАТОН	20	0,00	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ	205	1,25	0,2		10	41
КОНФЕТА	25	7,89	0,7		20,3	84
Итого		33,05	34	22,2	50,4	538
Всего		130,90	77,1	67,8	229,1	1865

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Хаджиева А.В.