

Утверждаю

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



МЕНЮ
23 ноября 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	180	3,05	5,4	7,4	16,6	155
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,46	2,2	5,9	15,2	123
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,10	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,00	4,5	4,9	14,5	120
Итого		14,61	17,2	22,8	46,6	461
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,92	0,2	0,1	2,8	17
Итого		1,92	0,2	0,1	2,8	17
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	40	0,97	0,4	2	2,4	29
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	15,94	6,2	8,7	16,5	171
ВИГУС С МЯСОМ	135	32,69	13,7	11,7	24,2	258
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,97			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	1,99	2,9	0,4	18,4	88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	1,6	0,1	10,2	48
Итого		54,48	24,8	22,9	79,2	624
Полдник						
ЕФИР	149	12,74	4,3	3,7	5,9	79
Итого		12,74	4,3	3,7	5,9	79
Ужин						
САЛОМКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	140	51,88	24,1	16,4	33,8	383
САЛАТ	180	0,41	0,2		0,3	2
Итого		52,28	24,3	16,4	34,1	385
Итого		136,03	70,8	65,9	168,6	1566

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

23 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
П МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	18,12	6,5	9	19,1	185
ТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,90	2,2	7,4	15,3	136
ЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,14	5,1	4,6	0,3	63
КАО С МОЛОКОМ	200	14,35	5,5	5,9	17,8	148
того		44,51	19,3	26,9	52,5	532
II Завтрак						
АПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	182	2,60	0,3	0,1	3,8	22
того		2,60	0,3	0,1	3,8	22
Обед						
АЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	1,07	0,4	2,4	2,5	34
УП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/9	20,93	7,9	12,9	20,9	230
ИГУС С МЯСОМ	145	35,94	14,7	13,9	27,3	295
ОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,15			9,4	38
ПЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	54	2,48	3,6	0,5	22,9	110
ПЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,60	2,7	0,2	17,8	84
того		64,18	29,3	29,9	100,8	791
Полдник						
ЕФИР	179	15,30	5,2	4,5	7,1	95
того		15,30	5,2	4,5	7,1	95
Ужин						
АКОМКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	155	67,83	29,6	21	48,8	508
САЙ	200	1,16	0,2		9,7	39
того		68,99	29,8	21	58,5	547
Итого		195,57	83,9	82,4	222,7	1987

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.