

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

29 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	18,13	6,5	9	19,7	187
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,20	2,3	7,7	15,5	140
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,75	5,5	5,9	17,6	147
Итого		42,09	14,3	22,6	52,8	474
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,43	0,3	0,1	3,5	21
Итого		2,43	0,3	0,1	3,5	21
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	4,49	0,8	3	10	72
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/12	14,85	5,6	9,5	23,1	202
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	150	28,03	19,6	10	59,2	418
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,18			9,2	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	2,40	3,5	0,5	22,1	107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,60	2,7	0,2	17,8	84
Итого		53,55	32,2	23,2	141,4	920
Полдник						
СНЕЖОК	174	15,67				
Итого		15,67				
Ужин						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	70	4,24	2,5	7,1	5,5	96
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
ЧАЙ	200	0,40	0,2		0,3	2
БАТОН	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
АПЕЛЬСИН	80	10,80	0,7	0,2	6,5	35
Итого		24,82	10	12,5	22,9	248
Всего		138,56	56,8	58,4	220,6	1663

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

29 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 ПШЕНИЧНЫЙ	180	15,72	5,4	8	16,8	163
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,43	2,3	5,8	15,4	123
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,93	4,5	4,8	14,6	121
Итого		35,08	12,2	18,6	46,8	407
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,40	0,3	0,1	3,5	21
Итого		2,40	0,3	0,1	3,5	21
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	3,06	0,6	1,9	6,8	48
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	11,74	4,4	7	18,5	156
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	150	24,47	17,7	8,8	53,1	375
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,80			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	2,20	3,2	0,4	20,3	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,5	0,1	10,2	48
Итого		44,16	27,4	18,2	116,5	755
Полдник						
СНЕЖОК	145	13,06				
Итого		13,06				
Ужин						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,22	0,7	6	4,6	76
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	6,20	5,1	4,6	0,3	63
ЧАЙ	180	0,40	0,2		0,3	2
БАТОН	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
ЯБЛОКО	97	11,06	0,4	0,4	9,5	46
Итого		23,06	7,9	11,6	25	239
Всего		117,77	47,8	48,5	191,8	1422

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.