

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Алиева* / Голина Е. Г. /

# МЕНЮ

8 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>						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	18,32	6,6	9,6	19,9	193
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	0,00	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	14,66	4,7	10,6	15,5	177
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,05	5,4	5,8	17,8	147
Итого		48,03	21,8	30,6	53,5	580
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,86	0,4	0,2	5,6	33
Итого		3,86	0,4	0,2	5,6	33
<b>Обед</b>						
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	15,27	5,3	9	23,6	198
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	5,77	4,9	3,4	31,7	177
ПАЛОЧКИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	55	26,12	16,6	10,5	18,3	248
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,59			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	0,00	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,7	0,2	17,6	83
Итого		49,76	32,8	23,5	122,1	847
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	180	15,40	5,2	4,5	7,2	95
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	15,1	85
Итого		15,40	6,7	6,5	22,3	180
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
ВЕНИГРЕТ	80	5,61	2,6	2,1	11,9	79
ЧАЙ	200	0,31	0,1		0,3	2
БАТОН	20	0,00	1,5	0,6	10,5	54
Итого		5,92	4,6	3,1	32,5	182
Всего		122,96	66,3	63,9	236	1822

Зав. производством (шеф-повар)

*Хаджиева*

Хаджиева А.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г./

# МЕНЮ

8 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>						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	15,05	5,5	7,7	15,9	156
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,99	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	12,50	4,3	8,6	15,4	157
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,53	4,6	4,9	14,9	122
Итого		46,07	19,5	25,8	46,5	498
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,98	0,1		1,5	8
Итого		0,98	0,1		1,5	8
<b>Обед</b>						
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	13,92	5,1	6,7	24,4	180
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,23	4,5	2,1	28,4	150
ПАЛОЧКИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	45	20,95	13,2	7,6	13,3	184
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,09			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,1	10	47
Итого		41,19	26,9	16,9	101	674
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	150	12,85	4,4	3,8	6	80
ПЕЧЕНЬЕ	15	0,00	1,2	1,5	11,4	64
Итого		12,85	5,6	5,3	17,4	144
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО	80	0,00	0,3	0,3	7,9	38
САЛАТ ОВОЩНОЙ	50	3,02	1,4	1,6	5,4	42
ЧАЙ	180	0,25	0,1		0,2	1
БАТОН	20	0,00	1,5	0,6	10,5	53
Итого		3,27	3,3	2,5	24	134
Всего		104,37	55,4	50,5	190,4	1458

Зав. производством (шеф-повар)

*Хаджиева*

Хаджиева А.В.