

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Лещев Галина Е.Г.



МЕНЮ

21 декабря 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	2,89	5,4	7,5	16,2	155
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	0,00	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,67	2,3	6,1	15,5	125
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,41	4,4	4,7	15,5	123
Итого		9,98	14,7	20,6	47,4	435
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННО - АПЕЛЬСИНОВЫЙ	160	1,43	0,1		8,1	34
Итого		1,43	0,1		8,1	34
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	200	16,12	7	7,3	16,7	161
ГОЛУБЦЫ ЛИНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160	28,34	13,6	17,6	11,4	257
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,86			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,84	2,5	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,5	0,1	10	47
Итого		49,05	24,7	25,4	63	578
Полдник						
КЕФИР	162	13,92	4,7	4,1	6,5	86
Итого		13,92	4,7	4,1	6,5	86
Ужин						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С КУРАГОЙ И СЛУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	53,66	29,7	20,9	34,2	448
КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,64	4,6	4,9	14,9	123
Итого		54,29	34,3	25,8	49,1	571
Всего		128,66	78,5	75,9	174,1	1704

Зав. производством (повар)

Девячина М.А.

Утверждено

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21
Лаврова Г.Г. олина Е.Г.



МЕНЮ

21 декабря 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	200	18,06	6,4	9,2	18,8	185
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	0,00	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,12	2,3	7,8	15,5	139
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,46	5,2	5,6	18,6	147
Итого		26,63	16,5	24,7	53,1	503
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННО - АПЕЛЬСИНОВЫЙ	190	1,68	0,1			8,9
Итого		1,69	0,1			8,9
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	200	16,61	6,9	7,5	16,6	163
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	180	42,78	18,8	21,8	13,3	326
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,81			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,28	3,3	0,4	21	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,59	2,7	0,2	17,7	84
Итого		65,07	31,7	29,9	78,2	712
Полдник						
КЕФИР	195	16,68	5,6	4,9	7,8	103
Итого		16,68	5,6	4,9	7,8	103
Ужин						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С КУРАГОЙ И СЛИВНЫМ МОЛОКОМ	170/40	73,88	35,2	26,6	49	582
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,71	5,4	5,8	17,9	148
Итого		74,59	40,6	32,4	66,9	730
Всего		184,66	94,5	91,9	214,9	2085

Зав. производством (повар)

Девяшина М.А.