

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
22 декабря 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 МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	200	17,94	7,4	8,8	29	226
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,14	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,65	2,2	7,1	15,3	134
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	15,34	5,1	5,5	18,7	146
Итого		45,07	17,3	23,7	63,2	538
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,56	0,3	0,1	3,8	22
Итого		2,56	0,3	0,1	3,8	22
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	50	4,08	0,5		1,2	7
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,29	8,9	11,1	19,8	217
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,91	5,2	5,7	33,4	207
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ <i>говядина</i>	50	29,89	9,8	13,9	3,8	181
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,63			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,28	3,3	0,4	21	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,62	2,8	0,2	18,1	86
Итого		69,71	30,5	31,3	107	838
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,94				
Итого		1,94				
<b>Ужин</b>						
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	55	32,70	16,5	8,2	44,8	320
ЧАЙ	200	0,99	0,1		9,9	40
Итого		33,69	16,6	8,2	54,7	360
Всего		152,98	64,7	63,3	228,7	1758

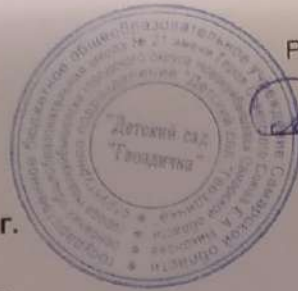
Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

22 декабря 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 МАННАЯ ШОКОЛАДНИЦА	180	14,28	6,2	7,2	23,4	183
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,10	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,45	2,2	5,9	15,2	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,73	4,3	4,6	15,1	120
Итого		35,56	15,3	20	53,9	457
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,56	0,3	0,1	3,8	22
Итого		2,56	0,3	0,1	3,8	22
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	2,46	0,3		0,7	4
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	18,90	7,4	8,6	15,4	169
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,72	4,7	4,1	30,1	176
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	29,97	9,8	14,1	3,8	181
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,44			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,82	2,6	0,3	16,7	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	1,6	0,1	10,3	49
Итого		61,23	26,4	27,2	84,8	691
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,94				
Итого		1,94				
<b>Ужин</b>						
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	115	28,45	15	6,2	40,6	279
ЧАЙ	180	0,84	0,1		8	32
Итого		29,28	15,1	6,2	48,6	311
Всего		130,57	57,1	53,5	191,1	1481

Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина М.А.*

Девяшина М.А.