



Утверждаю

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

МЕНЮ

6 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 ГРЕЧНЕВЫЙ	180	17,36	6	8,3	17,4	170
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	14,54	4,7	9,1	15,5	163
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,77	4,8	5,1	15,3	128
Итого		45,67	15,5	22,5	48,2	461
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	4,80	0,5	0,2	7	41
Итого		4,80	0,5	0,2	7	41
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	2,46	0,3		0,7	4
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	20,93	7,7	9,1	25,2	216
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	140	17,44	12,5	7,5	20,7	212
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,08			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,84	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,5	0,1	10	47
Итого		45,65	24,6	17,1	81,5	592
Полдник						
СНЕЖОК	150	0,00				
Итого		0,00				
Ужин						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,53	0,4	1,2	3	25
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	4,34	4,3	3,8	27,4	161
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	205	0,42	0,1		0,2	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
Итого		7,47	6,3	5,6	40,9	240
Всего		103,58	46,9	45,4	177,6	1334

Зав. производством (шеф-повар) Девяшина М.А. Девяшина М.А.

Утверждаю



Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.

МЕНЮ
6 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 ГРЕЧНЕВЫЙ	200	19,52	6,8	9,3	20,3	193
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	16,44	4,8	10,7	15,5	178
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,47	5,3	5,8	18	147
Итого		51,42	16,9	25,8	53,8	518
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4,82	0,5	0,2	7,1	41
Итого		4,82	0,5	0,2	7,1	41
Обед						
ПОМИОР СОЛЕННЫЙ	30	2,46	0,3		0,7	4
СУП ХАРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,15	8,3	12	25,3	241
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЫО	160	30,21	15,9	10,4	24,5	269
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,99			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,30	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,58	2,7	0,2	17,6	83
Итого		62,29	30,5	23	99	738
Полдник						
СНЕЖОК	180	0,00				
Итого		0,00				
Ужин						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,45	0,4	1	2,7	22
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	160	5,68	4,9	5,9	30,6	195
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,39	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,5	0,5	10,3	52
Итого		8,69	6,9	7,5	44	270
Всего		127,22	54,8	55,5	203,9	1567

Зав. производством (повар) Девяшина М.А. Девяшина М.А.