

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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 КУКУРУЗНЫЙ | 180 | 14,36 | 5,3 | 7,5 | 15,5 | 151 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 30/6 | 6,63 | 2,3 | 6 | 15,4 | 125 |
| САЛАД ВАРЕНЬЕ | 40 | 8,20 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 12,98 | 4,4 | 4,7 | 15,6 | 123 |
| Итого | | 42,16 | 17,1 | 22,8 | 46,8 | 462 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 195 | 1,87 | 0,1 | | 8,6 | 35 |
| Итого | | 1,87 | 0,1 | | 8,6 | 35 |
| Обед | | | | | | |
| СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 200/8 | 20,45 | 8 | 9,9 | 19,8 | 199 |
| ИКРА МОРКОВНАЯ | 125 | 6,20 | 1,9 | 5,3 | 10,3 | 98 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 80 | 34,62 | 12,2 | 13,9 | 2,7 | 184 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 2,12 | | | 7,9 | 31 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ | 45 | 2,08 | 3 | 0,4 | 19,2 | 92 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,11 | 1,9 | 0,2 | 12,4 | 59 |
| Итого | | 66,58 | 27 | 29,7 | 72,3 | 663 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 151 | 12,97 | 4,4 | 3,8 | 6,1 | 80 |
| Итого | | 12,97 | 4,4 | 3,8 | 6,1 | 80 |
| Ужин | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 52 | 5,86 | 0,2 | 0,2 | 5,1 | 24 |
| КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ | 135 | 52,47 | 25,2 | 17,3 | 21,5 | 346 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 13,09 | 4,6 | 4,9 | 14,9 | 123 |
| Итого | | 71,42 | 30 | 22,4 | 41,5 | 493 |
| Всего | | 195,01 | 78,6 | 78,7 | 175,3 | 1733 |

Зав. производством (повар)

Рубин

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

14 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 КУКУРУЗНЫЙ | 200 | 17,76 | 6,2 | 9,4 | 19,2 | 188 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 30/8 | 8,19 | 2,3 | 7,6 | 15,5 | 140 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 8,20 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 15,60 | 5,2 | 5,6 | 18,9 | 149 |
| Итого | | 49,75 | 18,8 | 27,2 | 53,9 | 540 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 235 | 2,34 | 0,1 | | 10,7 | 44 |
| Итого | | 2,34 | 0,1 | | 10,7 | 44 |
| Обед | | | | | | |
| СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 26,86 | 11,1 | 13,2 | 33,9 | 300 |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 165 | 5,89 | 2,3 | 5,5 | 13,8 | 114 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 75 | 40,31 | 13,7 | 18,5 | 2,9 | 233 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ | 200 | 2,65 | | | 9,8 | 39 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 51 | 2,35 | 3,4 | 0,4 | 21,6 | 104 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 37 | 1,67 | 2,8 | 0,2 | 18,7 | 88 |
| Итого | | 79,73 | 33,3 | 37,8 | 100,7 | 878 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 182 | 15,55 | 5,3 | 4,5 | 7,3 | 96 |
| Итого | | 15,55 | 5,3 | 4,5 | 7,3 | 96 |
| Ужин | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 60 | 6,84 | 0,2 | 0,2 | 5,9 | 28 |
| КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ | 155 | 63,81 | 30,8 | 21,9 | 30,8 | 448 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 15,73 | 5,4 | 5,9 | 18,2 | 149 |
| Итого | | 86,38 | 36,4 | 28 | 54,9 | 625 |
| Всего | | 233,76 | 93,9 | 97,5 | 227,5 | 2183 |

Зав. производством (повар)

Девяшина М.А.