

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.



МЕНЮ

12 декабря 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,69	7,6	9,2	26,9	222
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,89	2,3	7,3	16,2	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	1,37	0,2		10,7	43
Итого		36,16	15,2	21,1	54,1	468
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	401	2,01	0,1		1,2	6
Итого		2,01	0,1		1,2	6
Обед						
СОЛНЫШКО	25	0,58	0,3		1,7	9
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/10	16,20	3,5	8,2	22,9	181
Курник	185	28,08	9,1	8,1	48	301
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,68			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	54	2,47	3,5	0,5	22,7	109
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,67	2,8	0,2	18,6	88
Итого		51,68	19,2	17	123,6	727
Полдник						
КЕФИР	183	15,65	5,3	4,6	7,3	97
Итого		15,65	5,3	4,6	7,3	97
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	7,44	3,7	5,5	11,4	112
ЧАЙ	180	0,23	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,23	1,6	0,6	10,6	54
Итого		8,90	5,4	6,1	22,2	167
Всего		114,39	45,2	48,8	208,4	1465

Зав. учреждением (шеф-повар)



Девяшина

Девяшина М.А.



Утверждаю



Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 декабря 2022 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,63	6,3	7,6	22,6	186
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	6,56	2,3	5,9	16,1	127
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	1,06	0,1		8,5	34
Итого		31,45	13,8	18,1	47,5	410
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	337	1,62	0,1		1	5
Итого		1,62	0,1		1	5
Обед						
СОЛНЫШКО	25	0,58	0,3		1,7	9
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР.БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/8	14,31	3	5,9	18,5	140
КУРНИК	170	26,68	8,6	6,2	43,7	266
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	2,27			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	1,96	2,8	0,4	18,1	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,47	2,5	0,2	16,4	77
Итого		47,27	17,2	12,7	106,2	610
Полдник						
КЕФИР	163	13,94	4,7	4,1	6,5	86
Итого		13,94	4,7	4,1	6,5	86
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	5,98	3,4	3,7	10,1	89
ЧАЙ	180	0,25	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,22	1,6	0,6	10,6	54
Итого		7,44	5,1	4,3	20,9	144
Всего		101,73	40,9	39,2	182,1	1255



Производство (шеф-повар)

Рублев

Девяшина М.А.