

Утверждаю

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



МЕНЮ
29 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 ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	16,01	5,5	8	18,7	170
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,94	2,2	7,4	15,4	137
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,81	5,3	5,7	17,6	146
Итого		39,56	13	21,1	51,7	453
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	3,11	0,2		10,8	45
Итого		3,11	0,2		10,8	45
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	26	0,82	0,3		1,9	9
СОЛЯНКА РЫБНАЯ	240	18,42	5,9	5,8	16	142
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	155	46,09	19,2	17,3	12,2	282
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,51			9,4	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,07	3	0,4	19,1	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,52	2,6	0,2	16,9	80
Итого		71,23	31	23,7	75,5	643
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	2,04				
Итого		2,04				
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	140	7,05	2,4	7,6	19,7	158
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	32	4,93	0,5	2,2	1,9	30
ЧАЙ	218	0,35	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,17	1,5	0,6	10,3	52
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	10,83	0,4	0,4	9,3	45
Итого		24,33	4,9	10,8	41,5	287
Всего		140,26	49,1	55,6	179,5	1428

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
29 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 ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	180	15,94	5,3	8	17,6	164
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/9/8	6,46	2,2	5,9	15,3	123
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,00	4,5	4,9	14,4	120
Итого		35,40	12	18,8	47,3	407
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,71	0,1		8,8	37
Итого		2,71	0,1		8,8	37
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	23	0,53	0,3		1,6	8
СОЛЯНКА РЫБНАЯ	190	15,79	5,3	5,1	14,9	129
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	135	36,69	14,7	13,3	9,8	219
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,06			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,66	2,4	0,3	15,3	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,87	1,5	0,1	9,7	46
Итого		57,60	24,2	18,8	58,8	505
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,36				
Итого		1,36				
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	125	5,98	2,2	6,1	17,8	135
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	4,24	0,4	1,9	1,6	26
ЧАЙ	205	0,30	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,5	0,6	10,3	52
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	10,83	0,4	0,4	9,3	45
Итого		22,54	4,6	9	39,2	259
Всего		119,61	40,9	46,6	154,1	1208

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.