

Утверждаю



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

МЕНЮ
5 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	14,64	6,3	6,6	23,1	179
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,34	2,3	5,7	15,7	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,96	0,1		8,3	33
Итого		30,15	13,8	16,9	47,4	398
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	245	2,46	0,1		8,8	36
Итого		2,46	0,1		8,8	36
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	34	2,53	0,3		0,6	4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	13,15	2,8	5,7	14	121
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	23,26	3,3	4	31,1	175
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,66			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	1,91	2,8	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	0,97	1,6	0,1	10,8	51
Итого		43,47	10,8	10,2	81,8	467
Полдник						
КЕФИР	149	12,76	4,3	3,7	6	79
ПЕЧЕНЬЕ	21	3,28	1,6	2,1	15,7	88
Итого		16,05	5,9	5,8	21,7	167
Ужин						
СОЛНЫШКО	31	0,29	0,2		0,9	4
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С РИСОМ И РЫБОЙ	140	22,80	13,7	8,1	53,8	342
ЧАЙ	180	0,03				
Итого		23,12	13,9	8,1	54,7	346
Всего		115,25	44,5	41	214,4	1414

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.

Утверждаю



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

МЕНЮ

5 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 МОЛОЧНАЯ	200	16,99	7,5	7,9	27,1	212
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,67	2,3	7,1	15,8	136
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,37	0,2		10,7	43
Итого		34,23	15,1	19,6	53,9	454
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	295	3,13	0,2		11,1	46
Итого		3,13	0,2		11,1	46
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	34	2,52	0,3		0,6	4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/8	16,36	3,7	7,7	18,3	160
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	225	27,02	3,6	5,5	35	205
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,07			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	2,40	3,4	0,5	22,1	106
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,71	2,9	0,2	19	90
Итого		52,07	13,9	13,9	104,7	604
Полдник						
КЕФИР	179	15,31	5,2	4,5	7,1	95
ПЕЧЕНЬЕ	21	3,28	1,6	2,1	15,7	88
Итого		18,59	6,8	6,6	22,8	183
Ужин						
СОЛНЫШКО	41	0,38	0,2		1,1	6
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С РИСОМ И РЫБОЙ	160	37,23	15,6	9,6	61,3	393
ЧАЙ	180	0,26	0,1		0,2	1
Итого		37,86	15,9	9,6	62,6	400
Всего		145,88	51,9	49,7	255,1	1687

Зав. производством (шеф-повар)

Хаджиева А.В.