

Утверждаю

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



## МЕНЮ

11 января 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	12,71	5,2	7,4	15,3	149
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,43	2,4	5,6	16,2	125
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,02	4,3	4,6	14	115
Итого		38,36	17	22,2	45,8	452
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	14,10				
Итого		14,10				
<b>Обед</b>						
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	18,21	7	9,1	19,8	190
ИКРА МОРКОВНАЯ	115	6,37	1,8	5,2	12,3	105
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	95	52,53	16,4	17,9	2,7	239
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	2,09			6,9	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	1,77	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,06	1,7	0,1	11,1	52
Итого		82,02	29,7	32,7	70,7	700
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	150	11,72				
Итого		11,72				
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	8,36	0,3	0,3	7,8	38
КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ	130	45,37	24,1	17,1	18,4	328
ЧАЙ	180	0,27	0,1		0,2	1
Итого		53,99	24,5	17,4	26,4	367
Всего		200,20	71,2	72,3	142,9	1519

Зав. производством (цех-повар)

*Ревиз*

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./

**МЕНЮ**  
11 января 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	15,72	6,1	9,3	18,6	184
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,44	2,4	7,7	16,3	144
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,20	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,34	5	5,5	17,6	142
Итого		45,70	18,6	27,1	52,8	533
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	9,72	0,9	0,2	17,7	75
Итого		9,72	0,9	0,2	17,7	75
<b>Обед</b>						
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	24,13	10,2	12	33,8	286
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	135	3,84	2,1	4	16,2	109
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	60,84	19	22,7	2,9	291
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	2,45			8,9	36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,00	3,2	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,57	2,5	0,2	16,5	78
Итого		94,84	37	39,3	98,5	897
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЕЦ	180	14,38				
Итого		14,38				
<b>Ужин</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	10,47	0,4	0,4	9,8	47
КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ	135	54,49	28,6	21,2	23,8	404
ЧАЙ	180	0,28	0,1		0,2	1
Итого		65,23	29,1	21,6	33,8	452
Всего		229,88	85,6	88,2	202,8	1957

Зав. производством (повар)

*Девяшина М.А.*

Девяшина М.А.