

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 февраля 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	15,15	7,2	9,1	27,6	222
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,33	2,4	7,3	16,8	143
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,15	5,1	5,6	17,4	142
Итого		33,54	19,8	26,6	62,1	570
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	9	2,81	0,3	0,1	4,1	24
Итого		2,81	0,3	0,1	4,1	24
Обед						
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б.	250	14,70	5,6	9,6	15,9	172
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	170	58,36	20,6	21,2	17,8	344
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,22			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	1,90	3	0,4	19,2	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,78	2,8	0,2	18,6	88
Итого		78,96	32	31,4	80,2	731
Полдник						
КЕФИР	193	14,44	5,6	4,8	7,7	103
Итого		14,44	5,6	4,8	7,7	103
Ужин						
АПЕЛЬСИН	120	15,06	1,1	0,2	9,7	52
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	160	15,44	9,6	8	73,4	405
ЧАЙ	200	0,80	0,1		7,1	29
Итого		31,30	10,8	8,2	90,2	486
Всего		161,06	68,5	71,1	244,3	1914

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ №21
Голова Е.Г.



МЕНЮ
10 февраля 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	3,45	6	7,7	23,4	199
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	6,78	2,4	5,7	18,7	129
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,97	4,4	4,7	14,6	118
Итого		20,08	17,9	22,7	55	489
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	13	0,27			0,4	2
Итого		0,27			0,4	2
Обед						
СУП МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б.	200	11,58	4,4	6,6	11,8	125
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	165	56,97	20	18,7	14,9	308
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,85			7,3	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,51	2,4	0,3	15,2	73
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,04	1,7	0,1	10,9	51
Итого		72,94	28,5	25,7	60,1	587
Полдник						
КЕФИР	162	12,07	4,7	4	6,5	86
Итого		12,07	4,7	4	6,5	86
Ужин						
ЯБЛОКО	110	11,51	0,4	0,4	10,8	52
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	140	12,73	8,7	5,3	65,8	346
ЧАЙ	180	0,65	0,1		5,1	21
Итого		24,89	9,2	5,7	81,7	419
Всего		130,25	60,3	58,1	203,7	1592

Зав. производством (подпись) _____

Девячина М.А.