

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

22 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	17,76	7,2	9,3	28,3	228
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/10	16,48	4,7	10,6	16,2	180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,83	5,2	5,7	18,3	147
Итого		48,08	17,1	25,6	62,8	555
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	164	2,03	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,03	0,3	0,1	3,9	23
Обед						
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/12	24,84	7,1	11,7	14,3	191
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	6,99	5,2	5,8	33,7	208
СУПЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	52,62	16	19,6	7,6	271
КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	190	2,39			9,5	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,11	3,3	0,4	21,3	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,77	2,8	0,2	18,5	87
Итого		90,71	34,4	37,7	104,9	897
Полдник						
ЧАЙ		0,43	0,2		0,3	2
Итого		0,43	0,2		0,3	2
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
ПРЯНИКИ	30	5,82	1,8	1,4	22,5	110
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,80				
Итого		33,53	6,9	6	22,8	173
Всего		174,77	58,9	69,4	194,7	1650

Зав. производством (повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

22 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	14,50	6,1	7,6	23,2	186
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/9	13,38	4,2	8,4	16,1	158
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,36	4,3	4,8	14,8	120
Итого		39,24	14,6	20,8	54,1	464
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	137	1,82	0,3	0,1	3,5	20
Итого		1,82	0,3	0,1	3,5	20
Обед						
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/7	20,24	5,7	9	10,9	150
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,87	4,8	4,4	30,7	182
Гуляш из говядины	55	44,73	14	15,1	6,3	217
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	165	2,06			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,70	2,7	0,4	17,1	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,00	1,6	0,1	10,5	49
Итого		75,61	28,8	29	83,1	711
Полдник						
ЧАЙ		0,44	0,2		0,3	2
Итого		0,44	0,2		0,3	2
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
ПРЯНИКИ	30	5,82	1,8	1,4	22,5	110
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,80				
Итого		33,53	6,9	6	22,8	173
Всего		150,63	50,8	55,9	163,8	1370

Зав. производством (подпись) _____

Девяшина М.А.