

Утверждаю

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



МЕНЮ
3 февраля 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	180	13,77	5,7	7,4	17,8	162
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,20	2,3	6,2	16,1	130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	8,83	3,4	3,6	11,9	94
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
Итого		38,70	16,5	21,8	46,1	449
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНО - ЛИМОННЫЙ	155	2,03			6,4	27
Итого		2,03			6,4	27
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	35	2,14	0,3	1,7	1	22
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,02	7,7	8,2	21,5	190
ОВОЩНОЕ РАГУ	135	33,10	13,2	9,8	23,8	237
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,75			6,3	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,56	2,5	0,3	15,7	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,90	1,4	0,1	9,4	45
Итого		59,47	25,1	20,1	77,7	595
Полдник						
КЕФИР	152	11,38	4,4	3,8	6,1	81
Итого		11,38	4,4	3,8	6,1	81
Ужин						
САЛАТ ОВОЩНОЙ	50	5,76	1,3	1,9	5,4	45
ЧАЙ	147	0,22	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	117	12,24	0,5	0,5	11,5	55
Итого		18,22	1,9	2,4	17,1	101
Всего		129,80	47,9	48,1	153,4	1253

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.