

Директор
ГБОУ ООШ № 21
Иркутского района
Новокузнецкий

Утверждаю

Руководитель учрежде

ГБОУ ООШ №

/Голина Е



МЕНЮ

16 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЯЧНЕВЫЙ	200	16,23	6,4	8,5	22,3	193
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/10	17,16	4,9	10,6	15,1	177
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,92	5,2	5,5	18,7	147
Итого		47,31	16,5	24,6	56,1	517
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,35	0,1	0,1	7,5	31
Итого		2,35	0,1	0,1	7,5	31
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	35	3,65	0,4		0,8	5
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	19,44	6,8	9,8	16,7	184
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	6,97	5,3	5,7	34	209
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	18,05	10,1	4,7	4,2	111
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,31			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,13	3,4	0,4	21,5	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,78	2,8	0,2	18,6	88
Итого		54,33	28,8	20,8	104,5	735
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	2,62				
Итого		2,62				
Ужин						
РЫБА (ФИЛЕ) С ОВОЩАМИ	80	41,41	13,6	5,8	3,7	123
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,85	0,2		0,4	3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,21	1,5	0,6	10	51
Итого		43,48	15,3	6,4	14,1	177
Всего		150,09	60,7	51,9	182,2	1460

(Зав. производством (шеф) повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЯЧНЕВЫЙ	180	15,18	5,8	8,2	18,3	170
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/10	14,06	4,5	8,4	15	156
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,14	4,6	4,9	15,7	126
Итого		41,38	14,9	21,5	49	452
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	1,86	0,1	0,1	7,1	29
Итого		1,86	0,1	0,1	7,1	29
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	35	3,65	0,4		0,8	5
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	16,69	5,9	9,1	14,3	164
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,12	4,8	4,8	30,6	186
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	18,11	10,1	4,7	4,3	112
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,89			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,70	2,7	0,4	17,2	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,02	1,6	0,1	10,6	50
Итого		50,18	25,5	19,1	86,5	635
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	2,63				
ПРЯНИК	25	8,43	2,6	2	32,6	159
Итого		11,06	2,6	2	32,6	159
Ужин						
КОТЛЕТА ИЗ РЫБЫ С ОВОЩАМИ	70	35,56	12	4,2	3,4	99
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,86	0,2		0,4	3
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,21	1,5	0,6	10	51
Итого		37,63	13,7	4,8	13,8	153
Всего		142,10	56,8	47,5	189	1428

(Зав. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А.