

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

## МЕНЮ

24 марта 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 МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	15,39	6,4	7,8	22	183
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,49	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,56		6,7	0,1	60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,49	4,9	5,2	17,8	138
Итого		27,93	13,9	22	40,1	413
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	10,80	1	0,2	19,6	83
Итого		10,80	1	0,2	19,6	83
<b>Обед</b>						
СУП НА М.К.Б С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	250/10	17,98	5,5	10,4	13,4	169
КАША ГОРОХОВАЯ	140	4,52	15,5	2,9	32,4	219
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	47,21	14,5	17,8	3,1	231
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	2,20			9,6	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,97	3,1	0,4	19,8	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,62	2,6	0,2	16,9	80
Итого		75,50	41,2	31,7	95,2	833
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	21,98	14,4	11,1	49,5	357
СНЕЖОК	150	12,80				
ЯБЛОКО	100	11,02	0,4	0,4	10,3	50
Итого		45,78	14,8	11,5	59,8	407
Всего		160,01	70,9	65,4	214,7	1736

(Зав. производством (шеф) повар)

*Девяшина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./**МЕНЮ**

24 марта 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 МАННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	2,76	5,7	6,6	19,4	161
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,50	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	4,91		5		45
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,90	4,6	4,9	15,2	124
Итого		13,07	12,9	18,8	34,8	362
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	16,92				
Итого		16,92				
<b>Обед</b>						
СУП НА М.К.Б С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	200/9	15,59	5,2	8,1	11,4	139
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	5,72	2,5	2,8	14,8	95
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	38,95	13	14,5	2,9	194
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	2,05			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,57	2,5	0,3	15,9	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,93	1,5	0,1	9,7	46
Итого		64,81	24,7	25,8	62,4	581
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	16,30	12,3	10,3	45,7	326
СНЕЖОК	140	11,94				
ЯБЛОКО	100	11,02	0,4	0,4	10,3	50
Итого		39,26	12,7	10,7	56	376
Всего		134,06	50,3	55,3	153,2	1319

(Зав. производством (шеф) повар)

*Девяшина М.А.*

Девяшина М.А.