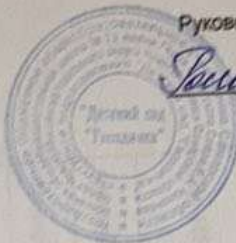


Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. Голоина Е.Г.



МЕНЮ
10 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,35	4,2	7	9,8	119
ЯЙЦА БАРЕНЫЕ 1/2	20	4,46	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	6,53	2,2	5,8	14,9	120
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,16	4,3	4,7	14,5	118
Итого		35,50	13,3	19,6	39,2	380
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,81	0,2	0,1	3,4	20
Итого		1,81	0,2	0,1	3,4	20
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ НА ТУШЕНКЕ	200	15,83	5,9	7,6	15,4	154
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	1,90	3,7	4	23,7	145
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50/50	20,18	10,5	6,4	4,1	129
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,94			7,4	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,69	2,7	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	1,6	0,1	10,5	50
Итого		42,54	24,4	18,5	78,1	590
Полдник						
КЕФИР	140	11,77	4,6	3,9	6,3	84
Итого		11,77	4,6	3,9	6,3	84
Ужин						
ЯБЛОКО	100	10,47	0,4	0,4	9,8	47
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	18,14	12,8	8	40,3	285
ЧАЙ	180	0,43	0,2		0,3	2
Итого		29,04	13,4	8,4	50,4	334
Всего		120,65	55,9	50,5	177,4	1417

Зав. производством (шеф-повар) *М* Девяшина М.А.

Получил Девяшина М.А.

Голоина Н.Н.