

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./



**МЕНЮ**

28 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 МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНОЙ	200	16,14	6,6	8,8	20	189
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	10,24	4,9	4,2	15,4	120
КАЧАВЛИ С МОЛОКОМ	200	13,59	5,4	5,7	17,7	146
того		39,96	16,9	18,7	53,1	455
<b>II Завтрак</b>						
АПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	2,43	0,1		7,8	33
того		2,43	0,1		7,8	33
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	3,81	0,6	1,7	3,4	32
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/9	17,18	5,7	6	22,9	171
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	6,28	4,9	4,9	31,9	192
КОМПОТ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	21,12	9,7	7,1	3,1	129
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,21			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,00	3,2	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,69	2,7	0,2	17,7	84
того		54,29	26,8	20,3	106,8	735
<b>Полдник</b>						
КОРЖИКИ	180	2,94				
КОМПОТ	35	4,25	1,9	2,5	18,7	105
того		7,19	1,9	2,5	18,7	105
<b>Ужин</b>						
КОМПОТ С ЛУКОМ	50	14,17	4,8	7,9	1,3	97
КОМПОТ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	8,82	2,6	4,8	21,2	140
ХЛЕБ	200	0,39	0,2		0,3	2
КОМПОТ НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
того		24,61	9,1	13,3	33,1	291
того		128,49	54,8	54,8	219,5	1619

Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21

*Голоина Е.Г.* /Голоина Е.Г./



**МЕНЮ**  
28 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 МОЛОЧНЫЙ ОВСЯНОЙ	180	14,56	5,8	8,1	17,0	168
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	9,55	4,7	3,9	15,4	116
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,98	4,8	5,1	15	126
Итого		36,09	15,3	17,1	48	410
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,43	0,1		7,8	33
Итого		2,43	0,1		7,8	33
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	3,67	0,6	1,7	3,1	31
СУП ХАРЧО НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	15,55	5,2	4,8	21,4	151
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	5,08	4,5	3,4	28,3	162
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	16,47	7,6	5,3	2,9	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,21			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,60	2,5	0,3	16,2	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,97	1,5	0,1	10,1	48
Итого		45,55	21,9	15,6	89,6	599
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,96				
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,43	1,1	1,4	10,7	60
Итого		4,39	1,1	1,4	10,7	60
<b>Ужин</b>						
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	12,68	4,3	7,4	1,3	90
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	180	7,45	2,3	3,4	19,3	117
ЧАЙ	180	0,39	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
Итого		21,76	8,3	11,4	31,2	261
Всего		110,23	46,7	45,5	187,3	1363

Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина М.А.*

Девяшина М.А.