

Утверждаю

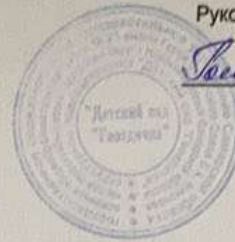
Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голкина /Голкина Е.Г./

МЕНЮ
21 марта 2023 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	16,58	4,9	8,8	11,9	149
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/11/8	18,16	5,2	11,5	15,4	187
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,59	5,3	5,8	17,8	147
Итого		48,34	15,4	26,1	45,1	483
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,07	0,1		8,6	36
Итого		2,07	0,1		8,6	36
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	4,05	0,6	1,8	3,3	34
СУП КУДРЯВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/12	20,41	6,2	10,9	13,1	175
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	150	26,49	17,6	9,7	45	350
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,46			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,95	3,1	0,4	19,7	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,63	2,6	0,2	17	80
Итого		56,99	30,1	23	105,8	765
Полдник						
КЕФИР	150	12,72	4,9	4,3	6,8	90
Итого		12,72	4,9	4,3	6,8	90
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	12,03	3,4	5	22,2	148
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ	35	6,63	0,6	5	1,9	55
БАТОН	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ	200	1,04	0,2		8,1	33
Итого		20,93	5,7	10,6	42,4	288
Всего		141,05	56,2	64	208,7	1662

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
21 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	15,82	4,7	8,4	11,5	143
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/6/10	15,73	5	9,5	15,3	167
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,54	5	5,3	15,5	131
Итого		44,09	14,7	23,2	42,3	441
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,07	0,1		8,6	36
Итого		2,07	0,1		8,6	36
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	3,50	0,6	1,5	2,9	29
СУП КУДРЯВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	18,65	5,7	10,2	13	166
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	140	24,78	16,1	9,4	41,6	328
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,44			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,78	2,8	0,4	18	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,93	1,5	0,1	9,7	46
Итого		52,08	26,7	21,6	92,9	686
Полдник						
КЕФИР	140	11,87	4,6	4	6,4	84
Итого		11,87	4,6	4	6,4	84
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	11,11	3	4,9	19,3	134
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	7,14	0,7	3,2	2,8	44
БАТОН	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ	180	1,07	0,2		8,1	33
Итого		20,55	5,4	8,7	40,4	263
Всего		130,66	51,5	57,5	190,6	1510

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