

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. /Голоина Е.Г./



МЕНЮ
23 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	24,96	11	16,1	6	214
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,62	2,3	7,7	16	143
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,44	5,3	5,7	17,6	145
Итого		47,02	18,6	29,5	39,6	502
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	2,02	0,1		7,8	33
Итого		2,02	0,1		7,8	33
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,68	0,3		1,6	8
УХА	250	19,01	6,9	6,3	23,7	180
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,52	3,8	2,9	27,5	151
ПАЛОЧКИ РЫБНЫЕ	80	33,02	12	8,4	8,9	159
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,35			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,97	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,61	2,6	0,2	16,9	80
Итого		63,18	28,7	18,2	106,1	704
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	2,80				
Итого		2,80				
Ужин						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	120	8,58	1,9	3,3	10,6	82
ЧАЙ	200	0,23	0,1		0,2	1
ЗЕФИР	35	7,64	0,3		27,1	111
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,28	1,6	0,6	10,6	54
Итого		17,72	3,9	3,9	48,5	248
Всего		132,74	51,3	51,6	202	1487

Зав. производством (шеф-повар)

М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

23 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	19,50	8,4	12	5,9	167
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/9/8	6,96	2,3	6	15,9	128
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,39	5	5,3	15,3	130
Итого		38,86	15,7	23,3	37,1	425
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	1,91	0,1		7,8	33
Итого		1,91	0,1		7,8	33
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,68	0,3		1,6	8
УХА	200	17,34	6,5	4,5	23,7	162
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,42	3,6	2,8	25,9	144
ПАЛОЧКИ РЫБНЫЕ	60	31,00	11,4	8,4	8,9	156
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,04			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,58	2,5	0,3	15,9	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	1,5	0,1	9,7	46
Итого		57,98	25,8	16,1	93,3	623
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,86				
Итого		1,86				
Ужин						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	8,21	1,8	3,2	9,6	77
ЧАЙ	180	0,19	0,1		0,2	1
ЗЕФИР	20	4,36	0,2		15,5	63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,28	1,6	0,6	10,6	54
Итого		14,05	3,7	3,8	35,9	195
Всего		114,66	45,3	43,2	174,1	1276

/Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.