

Утверждаю

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



МЕНЮ
7 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 ЯЧНЕВЫЙ	200	15,87	6	8,6	18,7	178
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/8	16,59	4,8	10,7	15,3	177
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,64	5,3	5,6	17,7	144
Итого		46,09	16,1	24,9	51,7	499
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	1,66	0,1		9,1	38
Итого		1,66	0,1		9,1	38
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	80	6,20	0,7	4	6,2	64
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	15,50	5,4	8,2	14,7	156
КАРТОФЕЛЬНЫЙ РУЛЕТ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	160	27,49	14,6	7,7	23,9	236
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,30			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,98	3,1	0,4	20	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,66	2,6	0,2	17,3	82
Итого		55,13	26,4	20,5	89,8	665
Полдник						
СНЕЖОК	180	12,82				
ВАФЛИ	35	9,48	0,9	1,1	25,4	116
Итого		22,30	0,9	1,1	25,4	116
Ужин						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	10,47	0,4	0,4	9,8	47
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	18,80				
Итого		29,27	0,4	0,4	9,8	47
Всего		154,45	43,9	46,9	185,8	1365

Зав. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А.



Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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 ЯЧНЕВЫЙ	180	13,07	5	7	15,2	144
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	13,61	4,3	8,4	15,2	154
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,51	4,9	5,3	15,3	129
Итого		39,19	14,2	20,7	45,7	427
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	1,42	0,1		8,2	33
Итого		1,42	0,1		8,2	33
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ	60	4,64	0,5	2,9	7,8	61
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	11,83	4,2	5,5	9,8	106
КАРТОФЕЛЬНЫЙ РУЛЕТ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140	22,40	11,8	6,2	19,7	192
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,88			7,7	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,95	1,5	0,1	9,9	47
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,59	2,5	0,3	16	77
Итого		43,27	20,5	15	70,9	514
Полдник						
СНЕЖОК	150	10,68				
ВАФЛИ	20	5,42	0,5	0,6	14,5	67
Итого		16,10	0,5	0,6	14,5	67
Ужин						
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	20,63	0,8	0,3	23,1	99
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	10,47	0,4	0,4	9,8	47
Итого		31,09	1,2	0,7	32,9	146
Всего		131,08	36,5	37	172,2	1187

Зав. производством (шеф-повар)

Десяшина

Десяшина М.А.