

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ
22 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	14,48	6,1	7,5	23,8	188
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/10	14,29	4,5	8,7	15,9	161
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,43	4,4	4,8	15	121
Итого		40,19	15	21	54,7	470
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,74	0,2	0,1	3,3	19
Итого		1,74	0,2	0,1	3,3	19
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	1,74	0,2		0,5	4
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	17,32	6	7,6	14,7	153
ГРЕЧАНЕНКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	48,54	17,7	16,6	19,6	298
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	1,93			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,58	2,5	0,3	16	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,93	1,5	0,1	9,7	46
Итого		72,03	27,9	24,6	68,2	609
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	12,61				
Итого		12,61				
Ужин						
СЫРНИКИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/20	57,07	27,4	21,5	34,9	450
ЧАЙ	180	0,20	0,1		0,2	1
Итого		57,27	27,5	21,5	35,1	451
Всего		183,85	70,6	67,2	161,3	1549

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

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 марта 2023 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	17,71	7,3	9,1	28,9	229
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/10	17,41	5	10,9	16	183
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,83	5,2	5,6	18,4	147
Итого		48,96	17,5	25,6	63,3	559
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,96	0,3	0,1	3,7	22
Итого		1,96	0,3	0,1	3,7	22
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	2,31	0,3		0,7	5
ЩИ С ФАСОЛЬЮ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/8	22,73	13,2	10,9	31,8	282
ГРЕЧАНЕНКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	56,70	20,7	20,2	24,6	364
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	2,25			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,98	3,1	0,4	20	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,63	2,6	0,2	17	80
Итого		87,59	39,9	31,7	103,7	865
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	13,51				
Итого		13,51				
Ужин						
СЫРНИКИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	140/20	65,80	32	24,1	39,2	508
ЧАЙ	200	0,22	0,1		0,2	1
Итого		66,03	32,1	24,1	39,4	509
Всего		218,05	89,8	81,5	210,1	1955

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