

Утверждаю

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



МЕНЮ
15 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 ПШЕННЫЙ	180	13,38	5,4	7,3	16,6	154
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,70	2,2	5,8	14,8	121
КОРЖО С МОЛОКОМ	180	11,17	4,5	4,8	14,4	119
Итого		40,17	17,2	22,5	46,1	457
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,79	0,2	0,1	3,4	20
Итого		1,79	0,2	0,1	3,4	20
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	20,43	7,7	9,8	16,1	184
БИГУС С ГОВЯДИНОЙ	160	32,78	13,3	11,9	17,1	231
КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,77			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,4	16,9	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	1,6	0,1	10,5	49
Итого		58,65	25,2	22,2	68,1	575
Полдник						
КЕФИР	150	9,94	3,9	3,3	5,3	71
Итого		9,94	3,9	3,3	5,3	71
Ужин						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	16,02	0,6	0,6	15	72
ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	140	54,33	25,4	17,2	33,8	396
ЧАЙ	180	1,01	0,2		7,8	32
Итого		71,35	26,2	17,8	56,6	500
Всего		181,90	72,7	65,9	179,5	1623

(Зав. производством (шеф) повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ
15 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 ПШЕННЫЙ	200	16,36	6,4	9	19,2	186
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,34	2,2	7,4	14,9	136
КАЧА С МОЛОКОМ	200	13,54	5,4	5,8	17,6	145
Итого		47,15	19,1	26,8	52	530
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,02	0,3	0,1	3,8	23
Итого		2,02	0,3	0,1	3,8	23
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	20,45	7,7	9,8	16,1	184
БИГУС С ГОВЯДИНОЙ	180	39,28	15,5	15	20,4	281
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,33			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,09	3,3	0,4	21,1	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,75	2,8	0,2	18,3	86
Итого		65,90	29,3	25,4	85,2	690
Полдник						
КЕФИР	180	11,92	4,6	4	6,4	85
Итого		11,92	4,6	4	6,4	85
Ужин						
АПЕЛЬСИН	140	17,57	1,3	0,3	11,3	60
ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	160	65,45	30	21,1	48,5	510
ЧАЙ	200	1,14	0,2		9,6	39
Итого		84,16	31,5	21,4	69,4	609
Всего		211,15	84,8	77,7	216,8	1937

(Зав. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А.