

Утверждаю

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



МЕНЮ
4 мая 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,78	6,7	9,5	20,8	198
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/10	9,73	4,6	4	15,1	115
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,35	5,2	5,6	17,7	144
Итого		39,86	16,5	19,1	53,6	457
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	1,48	0,1		4	17
Итого		1,48	0,1		4	17
Обед						
СУП ЯЙЦО НА М К Б	250	16,33	5,1	11,4	10,7	166
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,68	5,3	6	24,3	172
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ (ПАРОВЫЕ)	80	28,84	14	10,9	8,2	199
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	1,88			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,79	2,8	0,4	18	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,58	2,5	0,2	16,6	78
Итого		59,11	29,7	28,9	84,4	729
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	2,48				
ВАФЛИ	35	5,67	0,5	0,6	15,2	70
Итого		8,14	0,5	0,6	15,2	70
Ужин						
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80/30	42,18	13,9	6,9	3	130
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,40	0,4		1,9	10
ЧАЙ	180	0,02				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,21	1,5	0,6	10,1	5
Итого		44,81	15,8	7,5	15	195
Всего		153,40	62,6	56,1	172,2	1469

(Зав. производством (шеф) повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
4 мая 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,66	5,7	7,7	16,7	159
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	8,30	4,1	3,4	15,1	108
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,06	4,3	4,8	14,5	119
Итого		33,01	14,1	15,9	46,3	386
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,30	0,1		3	13
Итого		1,30	0,1		3	13
Обед						
СУП ЯЙЦО НА М.К.Б	200	14,68	4,6	8,4	9,6	133
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,60	4,8	5,2	21,6	152
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ (ПАРОВЫЕ)	70	28,90	13,7	9	9,6	185
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,51			5,7	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,79	2,8	0,4	18	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,4	0,1	9,5	45
Итого		55,38	27,3	23,1	74	625
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,65				
ВАФЛИ	20	3,24	0,3	0,4	8,7	40
Итого		4,89	0,3	0,4	8,7	40
Ужин						
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70/30	39,68	13,4	5,1	2,6	109
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,20	0,3		1,6	8
ЧАЙ	180	0,73	0,3		0,6	4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,21	1,5	0,6	10,1	51
Итого		42,83	15,5	5,7	14,9	172
Всего		137,40	57,3	45,1	146,9	1236

Бав. производством (шеф-повар)

бу

Девяшина М.А.