

Утверждаю

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



# МЕНЮ

11 мая 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ	180	14,64	5,9	7,5	17,6	163
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	8,79	4,3	3,6	15,3	111
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА	180	0,86	0,1		8	32
Итого		24,30	10,3	11,1	40,9	306
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,73	0,1		1,4	8
Итого		0,73	0,1		1,4	8
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	1,73	0,2		0,5	4
ЩИ НА М.К.Б. БЕЗ СМЕТАНЫ	200/8	14,05	4,4	5,6	11,4	115
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,29	4,3	4	27,2	162
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	24,05	11,7	8,1	3,7	148
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,05			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,58	2,5	0,3	16	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,95	1,5	0,1	9,9	47
Итого		49,70	24,6	18,1	75,4	580
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	140	10,94				
Итого		10,94				
<b>Ужин</b>						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	51,49	19,4	11,8	6	210
САЙ С ЛИМОНОМ	180	0,49	0,1		0,2	1
САТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
Итого		53,20	21	12,4	16,4	263
Итого		138,87	56	41,6	134,1	1157

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

Утверждаю

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

# МЕНЮ

11 мая 2023 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ	200	16,43	6,5	8,7	21	189
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/11	10,18	4,7	4,1	15,3	118
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА	200	1,14	0,1		10	40
Итого		27,75	11,3	12,8	46,3	347
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,98	0,1	0,1	1,8	11
Итого		0,98	0,1	0,1	1,8	11
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	2,02	0,3		0,6	5
ЩИ НА М.К.Б БЕЗ СМЕТАНЫ	250/10	16,67	4,9	7,7	12,4	140
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	6,69	4,8	5,9	30,6	194
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	25,30	11,9	8,9	4,2	158
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,01			8,6	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,98	3,1	0,4	20	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,67	2,6	0,2	17,4	82
Итого		56,33	27,6	23,1	93,8	710
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	150	11,72				
Итого		11,72				
<b>Ужин</b>						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	130	60,27	23,2	16,3	7,1	269
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,63	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
Итого		62,13	24,8	16,9	17,6	323
Всего		158,91	63,8	52,9	159,5	1391

(~~зав. производством~~ повар) *Девяшина М.А.* Девяшина М.А.