

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 мая 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	15,40	5,7	8,3	18,9	174
ВАТЕРЬЯДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	13,87	4,4	8,8	15,2	156
МАКАРОНЫ С МОЛОКОМ	180	11,95	4,8	5,1	14,9	126
Итого		41,22	14,9	22,2	49	456
II Завтрак						
МАЛИТКИ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,69	0,1		1,4	8
Итого		0,69	0,1		1,4	8
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	35	2,16	0,4	1,3	5,2	35
СУП ХАРЧО НА М.К.Б БЕЗ СМЕТАНЫ	200	15,06	4,6	5,9	17,1	141
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,84	3,7	3,8	23,5	144
БЕЛЫЕ СТРОГАНОВЫЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	21,89	10,5	6,5	4,4	132
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,66			6,5	26
ХЛЕБ РАЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,68	2,7	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,02	1,6	0,1	10,7	50
Итого		48,33	23,5	18	84,4	610
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,68				
Итого		10,68				
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	10,14	2,5	3,9	20,6	121
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	9,78	3,3	5,9	1	71
ЧАЙ	180	0,14	0,1		0,1	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	25
Итого		21,28	7,4	10,4	31,8	132
Всего		122,20	45,9	50,6	166,6	132

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

Утвержден

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21

Л. Г. Голына / Голына Е. Г.

МЕНЮ

23 мая 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	18,07	6,8	8,9	21,6	195
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/98	16,13	4,8	10,6	15,3	176
КАША С МОЛОКОМ	200	13,84	5,4	6,7	17,5	145
Итого		46,63	16,5	25,2	54,4	516
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,02	0,1	0,1	1,7	10
Итого		0,02	0,1	0,1	1,7	10
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	40	2,48	0,6	1,6	5,8	40
СУП КАРНО НА М.К.Б. БЕЗ СМЕТАНЫ	250	18,32	5,6	7,9	21,3	181
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,30	4,4	5,8	28,2	182
БЕФС ТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	25,06	11,8	8,6	5,8	162
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,13			8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,10	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	2,8	0,2	18,7	88
Итого		58,27	28,4	24,2	109,3	789
Полдник						
КАРТОФЕЛЬ	150	11,44				
Итого		11,44				
Ужин						
СЕРВЕЛЬ С ЛУКОМ	50	11,68	3,8	7,4	1,4	88
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	11,51	2,8	3	22,6	128
ЧАЙ	200	0,19	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,8	10,1	52
Итого		24,60	8,2	11	34,3	269
Всего		141,76	53,2	60,5	199,7	1584

Зав. производством (шеф-повар)

Деящина М.А.