

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Ирина* /Голина Е.Г./



**МЕНЮ**

10 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 ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	180	3,26	1,1	2,9	8,3	64
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,70	2,3	5,8	15,5	123
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,01	4,9	5,1	15	126
Итого		21,98	8,3	13,8	38,8	313
<b>II Завтрак</b>						
ЧАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,70	0,1		1,4	8
Итого		0,70	0,1		1,4	8
<b>Обед</b>						
САЛАТ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	22,90	6,7	3,8	15,1	122
САЛАТ С ОВОЩАМИ	150	6,19	2,7	6,6	27	177
СОУС АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	4,49	0,1		16,5	67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,70	2,7	0,4	17,1	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,03	1,6	0,1	10,8	51
Итого		36,31	13,8	10,9	86,5	499
<b>Полдник</b>						
КОФЕ 1/2	80	10,10	0,3	0,3	7,4	36
Итого		10,10	0,3	0,3	7,4	36
<b>Ужин</b>						
КОФЕ	130	29,17	18,7	11,6	44,2	358
ХЛЕБ	180	0,15	0,1		0,1	1
Итого		29,32	18,8	11,6	44,3	359
Итого		98,42	41,3	36,6	178,4	1215

Произведено (шеф-повар)

*Ирина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./



**МЕНЮ**  
10 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 ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	4,17	1,4	3,8	9,5	78
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,33	2,3	7,4	15,6	138
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,53	5,8	6,2	18,3	154
Итого		27,03	9,5	17,4	43,4	370
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,93	0,1	0,1	1,7	10
Итого		0,93	0,1	0,1	1,7	10
<b>Обед</b>						
УХА С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200/8	26,79	7,8	3,9	17,5	137
ПЛОВ С ОВОЩАМИ	160	7,58	3	7,5	29,4	198
КИСЕЛЬ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	5,68	0,1		20,4	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,12	3,3	0,4	21,4	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,81	2,9	0,2	18,9	89
Итого		43,98	17,1	12	107,6	610
<b>Полдник</b>						
ЯБЛОКО 1/2	80	10,10	0,3	0,3	7,4	36
Итого		10,10	0,3	0,3	7,4	36
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА	150	32,75	20,3	13,9	51,8	416
ЧАЙ	200	0,19	0,1		0,2	1
Итого		32,94	20,4	13,9	52	417
Итого		114,99	47,4	43,7	212,1	1443

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