

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
28 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	15,87	7	8,8	22,5	199
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,20	2,2	7,3	15,4	136
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,66	5,2	5,6	17,5	143
Итого		46,63	19,5	26,3	55,7	541
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,41			5,2	21
Итого		0,41			5,2	21
<b>Обед</b>						
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	20,17	5,1	7,9	16,4	162
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,11	3,8	4,4	26,4	162
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	27,48	13,8	10,9	5,2	190
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,93			8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,62	2,5	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,58	2,5	0,2	16,5	78
Итого		57,89	27,7	23,7	89,1	705
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	150	10,34	4	3,5	5,5	73
Итого		10,34	4	3,5	5,5	73
<b>Ужин</b>						
САЛАТ "РОЗОВЫЙ" С ИЗЮМОМ	150	5,78	1,8	2,2	13,9	84
ЧАЙ	180	0,27	0,1		0,2	1
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,29	1,5	1,9	14,4	81
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
Итого		10,57	4,9	4,7	38,7	218
Всего		125,84	56,1	58,2	194,2	1558

Зав. производством (шеф-повар)

*Дебряшина*

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
28 июня 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	14,30	6,3	8	20,3	179
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,64	2,2	5,7	15,3	122
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,33	4,4	4,7	14,3	118
Итого		41,17	18	23	50,2	482
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,37			4,7	19
Итого		0,37			4,7	19
<b>Обед</b>						
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/9	16,13	4,1	6,6	13,2	129
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	100	4,26	3,1	3,8	22	135
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	19,63	9,8	7,9	3,8	136
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,50			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,29	2	0,3	13,1	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,4	0,1	9,4	45
Итого		43,72	20,4	18,7	68	534
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	140	9,65	3,7	3,2	5,2	69
Итого		9,65	3,7	3,2	5,2	69
<b>Ужин</b>						
САЛАТ "РОЗОВЫЙ" С ИЗЮМОМ	130	5,01	1,7	1,9	12	73
ЧАЙ	180	0,20	0,1		0,2	1
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,30	1,5	1,9	14,4	81
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
Итого		9,73	4,8	4,4	36,8	207
Всего		104,65	46,9	49,3	164,9	1311

Зав. производством (шеф-повар)

*Ревинская*