

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

22 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,49	6	7,1	21,5	176
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,54	2,2	5,6	14,9	119
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,17	4,7	5	14,9	125
Итого		33,19	12,9	17,7	51,3	420
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	2,19	0,3		9,2	38
Итого		2,19	0,3		9,2	38
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	20	1,29	0,3	1,9	1,6	26
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	15,35	4,3	6,3	14,7	134
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	100	6,02	4,8	3,6	21,6	138
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	24,83	12,3	6,6	3,9	140
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,79			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,20	1,9	0,3	12,1	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,29	2	0,2	13,4	63
Итого		51,77	25,6	18,9	73,9	586
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,78				
Итого		1,78				
<b>Ужин</b>						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	140	56,10	21,1	11,9	6	216
БАТОН	20	1,20	1,4	0,6	9,9	51
ЧАЙ	180	0,20	0,1		0,2	1
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,33	1,5	1,9	14,6	82
Итого		60,82	24,1	14,4	30,7	350
Всего		149,75	62,9	51	165,1	1394

Зав. производством (шеф-повар)

*[Handwritten signature]*

Деяшина М.А.

*[Handwritten signature]*

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
*Голына Е.Г.*



**МЕНЮ**  
22 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,91	7,3	8,1	25,8	207
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,11	2,2	7,2	15	134
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,74	5,2	5,6	17,7	144
Итого		38,76	14,7	20,9	58,5	485
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	2,81	0,3		11,8	49
Итого		2,81	0,3		11,8	49
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	1,83	0,4	3	2,3	37
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	18,56	5	8,5	17	166
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	7,25	5,3	4,5	24,3	159
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	26,51	12,5	8,3	5,4	162
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,26			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,50	2,4	0,3	15,1	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,29	2	0,2	13,4	63
Итого		59,19	27,6	24,8	86	694
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	2,67				
Итого		2,67				
<b>Ужин</b>						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	160	67,92	25,9	16,2	7,1	279
БАТОН	20	1,20	1,4	0,6	9,9	51
ЧАЙ	200	0,24	0,1		0,2	1
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,33	1,5	1,9	14,6	82
Итого		72,69	28,9	18,7	31,8	413
Всего		176,13	71,5	64,4	188,1	1641

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Девяшина М.А.

*Яршова С.А.*