

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21
Головина Е.Г.

МЕНЮ
23 июня 2023 г.
Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	200	15,83	6,1	7,9	17,9	169
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,12	2,2	7,2	15,1	134
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,48	5	5,3	16,9	137
Итого		37,43	13,3	20,4	49,9	440
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	2,76	0,1		1,1	6
Итого		2,76	0,1		1,1	6
Обед						
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/12	23,93	5,8	9,7	18,9	189
ИКРА МОРКОВНАЯ	130	7,73	1,4	2,4	8,5	62
ЕЖИКИ	60	44,51	12,2	14,2	9,6	215
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,98			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,62	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,60	2,5	0,2	16,7	79
Итого		81,37	24,5	26,8	78,5	658
Полдник						
СНЕЖОК	150	11,72				
Итого		11,72				
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,50	2,6	2,3	0,2	32
САЛАТ ОВОЩНОЙ	120	8,14	1,9	3,9	11,7	91
ЧАЙ	200	0,27	0,1		0,2	1
Итого		12,91	4,6	6,2	12,1	124
Всего		146,19	42,5	53,4	141,6	1228

Взв. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А.

Демидова С. А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голдина Е.Г.



МЕНЮ
23 июня 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	180	14,40	5,5	7,4	17,1	157
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,55	2,2	5,6	15	120
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,16	3,4	3,6	12,2	96
Итого		30,11	11,1	16,6	44,3	373
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	2,07	0,1		0,9	4
Итого		2,07	0,1		0,9	4
Обед						
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	18,33	4,6	7	16	147
ИКРА МОРКОВНАЯ	120	6,53	1,2	1,7	7,8	52
ЁЖИКИ	50	37,09	10,1	11,9	7,8	179
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,55			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,30	2	0,3	13,1	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,5	0,1	9,5	45
Итого		65,72	19,4	21	60,8	512
Полдник						
СНЕЖОК	140	10,94				
Итого		10,94				
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,50	2,6	2,3	0,2	31
САЛАТ ОВОЩНОЙ	100	6,78	1,6	3,3	9,8	71
ЧАЙ	180	0,20	0,1		0,2	1
Итого		11,48	4,3	5,6	10,2	103
Всего		120,31	34,9	43,2	116,2	999

Зав. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А. *Дремлова С.И.*