

Утверждаю

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



МЕНЮ
27 июня 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ	200	16,74	6	8,6	18,9	178
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	12,70	4,7	4	15	116
КОФЕ БЕЗ МОЛОКА	200	1,22	0,1		9,9	40
Итого		30,67	10,8	12,6	43,8	334
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	1,03	0,1	0,1	1,9	11
Итого		1,03	0,1	0,1	1,9	11
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	35	2,12	0,4	3,1	4,4	47
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,91	6,4	7,7	12,7	148
РИС ОТВАРНОЙ	140	9,08	3,4	5,4	35,9	205
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	43,76	10,7	12,1	3,2	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,07			8,4	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		84,15	25,9	28,8	97,4	756
Полдник						
КЕФИР	150	10,34	4	3,5	5,5	73
Итого		10,34	4	3,5	5,5	73
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	140	54,27	23,8	16,8	22	338
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	2,54	0,1	0,1	8,7	35
Итого		56,81	23,9	16,9	30,7	373
Всего		182,99	64,7	61,9	179,3	1547

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

Утверждаю

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



МЕНЮ
27 июня 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ВЕРМШЕЛЕВЫЙ	180	15,16	5,3	8	16,3	159
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	11,80	4,5	3,7	15	113
КОФЕ БЕЗ МОЛОКА	180	1,00	0,1		8,1	32
Итого		27,96	9,9	11,7	39,4	304
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,78	0,1		1,5	9
Итого		0,78	0,1		1,5	9
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	1,72	0,4	2,1	3,7	35
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,51	5,3	6,3	11,5	124
РИС ОТВАРНОЙ	120	7,76	2,9	4,5	30,7	176
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	43,76	10,7	12,1	3,2	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,64			6,6	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		76,59	22,7	25,4	78,2	634
Полдник						
КЕФИР	140	9,65	3,7	3,2	5,2	69
Итого		9,65	3,7	3,2	5,2	69
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	50,22	22	14,9	20,2	307
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,28			7,8	32
Итого		52,50	22	14,9	28	339
Всего		167,48	58,4	55,2	152,3	1355

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