

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Дзержинск Волгоградская обл.



МЕНЮ

19 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Качественный состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша пшеничная молочная	200	16,29	7,4	7,8	27	209
Молоко топленое 1,2	90	4,40	2,0	2,3	0,3	32
Сыр твердый с маслом	300	6,23	2,2	7,4	19,2	136
Комбинированный салат с яблоком	200	12,40	3	6,2	16,3	140
Итого		40,88	17,2	20,7	60,7	517
II Завтрак						
Салат из овощей шпината	100	1,18	0,2	0,1	2,2	13
Итого		1,18	0,2	0,1	2,2	13
Обед						
Суп-пюре из картофеля	200	16,00	2,4	6,4	13,6	113
Каша пшеничная рассыпчатая	100	6,24	4,2	6,2	21,7	191
Голубцы из капусты	200	26,16	1	4,8	6,7	73
Компот из смеси сухофруктов	200	2,24			4,8	36
Квас ферментированный сладкий	90	3,36	0,3	0,4	21,1	191
Квас пшеничный сладкий	90	1,79	0,3	0,2	16,4	87
Итого		56,76	9,8	18,1	66,2	599
Полдник						
Чай	100	6,87	0,4	3	4,8	63
Итого		6,87	0,4	3	4,8	63
Ужин						
Мясная котлетка	90	1,41	0,4		1,8	63
Пюре картофельное с маслом и сыром	100	21,20	13,6	0,3	64,8	299
Чай с лимоном	100	0,72	0,1		0,3	2
Итого		23,34	16,1	0,3	67,1	371
Итого		140,88	46,8	51,4	224	1562

Вед. производством (подпись)

Дзержинск М.А.

Утверждаю

Руководитель учрежден
ГБОУ ООШ №
Галина Е



МЕНЮ
19 июня 2023 г.

Если 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	13,75	6,3	6,4	23	176
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1/2	20	4,46	2,6	2,3	0,2	32
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,61	2,2	5,7	15,1	121
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,62	4,3	4,6	15,1	120
Итого		36,43	15,4	19	53,4	449
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,89	0,1	0,1	1,6	10
Итого		0,89	0,1	0,1	1,6	10
Обед						
СУП МОЗАЙКА НА КУР. БУЛ.	200	14,78	2	3,7	11,9	90
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,96	3,9	4,5	27,6	166
ГУЛЯШ ИЗ КУР	50/50	20,01	0,7	3,5	4	51
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,80			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,4	16,9	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	1,6	0,1	10,5	50
Итого		45,23	10,8	12,2	77,7	465
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	11,24				
Итого		11,24				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,20	0,3		1,6	8
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С РИСОМ И РЫБОЙ	140	26,18	12,1	7,4	48,9	310
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,57	0,1		0,3	2
Итого		27,95	12,5	7,4	50,8	320
Всего		121,74	38,8	38,7	183,5	1244

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.