

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ

19 июля 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	13,46	5	6,9	15,1	144
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,49	2,3	5,5	15,6	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,11	4,1	4,5	14,2	114
Итого		31,06	11,4	16,9	44,9	380
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	1,67			7,2	29
Итого		1,67			7,2	29
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,50	0,3	1	2,2	19
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	19,03	4,6	7,8	9,7	127
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	140	34,60	17,5	11,9	4,2	208
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,31			6,4	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,41	2,2	0,3	14,2	68
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	1,6	0,1	10,3	49
Итого		58,84	26,2	21,1	47	497
Полдник						
КЕФИР	140	9,42	3,7	3,2	5	67
Итого		9,42	3,7	3,2	5	67
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	5,18	4,5	4	28,3	167
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50	48,70	11,6	13,3	1,3	171
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,25	1,5	0,6	10,4	53
Итого		55,34	17,7	17,9	40,2	392
Всего		156,33	59	59,1	144,3	1365

Зав. производством (шеф-повар)

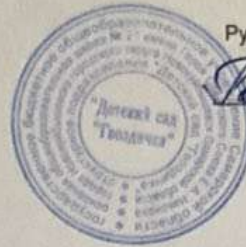
Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. Голоина Е.Г.



МЕНЮ

19 июля 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	14,94	5,6	7,7	16,8	160
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,05	2,3	7,1	15,7	136
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,46	5	5,3	17,5	139
Итого		36,45	12,9	20,1	50	435
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,00			8,6	35
Итого		2,00			8,6	35
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	1,76	0,3	1,2	2,5	22
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/8	29,28	6,5	11,2	10,6	171
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	42,73	21,8	15,1	4,9	260
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,68			8,2	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,76	2,8	0,4	17,7	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,73	2,7	0,2	18	85
Итого		78,94	34,1	28,1	61,9	656
Полдник						
КЕФИР	150	10,09	3,9	3,4	5,4	72
Итого		10,09	3,9	3,4	5,4	72
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,20	5,3	4,7	34	200
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	58,43	14	15,8	1,6	205
ЧАЙ	200	0,29	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,25	1,5	0,6	10,4	53
Итого		66,18	20,9	21,1	46,2	459
Всего		193,66	71,8	72,7	172,1	1657

(Зав. производством (шеф)-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А.