

Утверждаю

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



МЕНЮ
18 июля 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	180	14,82	6,1	7,2	23,2	183
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	11,84	4,5	3,8	14,8	112
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,51	4,4	4,8	14,7	120
Итого		37,97	15	15,8	52,7	415
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,85	0,1		1,6	9
Итого		0,85	0,1		1,6	9
Обед						
СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	15,13	4,3	6,8	17,6	149
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	155	8,71	2,5	3,6	14,2	102
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	48,47	12,1	13,8	2,1	181
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,35			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,57	2,5	0,3	15,8	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	1,6	0,1	10,4	49
Итого		76,23	23	24,6	66,9	584
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,19				
Итого		10,19				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ И ПОВИДЛОМ	140	11,29	7,5	5,3	47,9	270
ЧАЙ	180	2,24	0,9		1,7	11
Итого		13,53	8,4	5,3	49,6	281
Всего		138,75	46,5	45,7	170,8	1289

(Зав. производством (шеф)-повар) Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21
Голова Е.Г.



МЕНЮ
18 июля 2023 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200	16,27	6,9	8	25,7	204
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	14,07	5	4,4	14,8	120
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,92	5,3	5,7	17,9	140
Итого		44,26	17,2	18,1	58,4	470
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,13	0,2	0,1	2,1	13
Итого		1,13	0,2	0,1	2,1	13
Обед						
СУП ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	18,37	5,1	8,3	20,1	178
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	175	9,88	2,9	4,3	16	116
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	67,87	16,9	19,4	2,9	254
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,73			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,72	2,7	0,4	17,3	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,74	2,8	0,2	18,2	86
Итого		101,31	30,4	32,6	83,2	752
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	10,91				
Итого		10,91				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СО СВЕКЛОЙ И ПОВИДЛОМ	160	12,73	8,3	6,7	53,3	306
ЧАЙ	180	2,89	1,1		2,3	14
Итого		15,63	9,4	6,7	55,6	320
Всего		173,24	57,2	57,5	199,3	1566

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