

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 июля 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,55	6,3	8,1	19,8	178
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	8,21	2,3	7,2	15,7	137
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,69	4,5	4,9	14,6	121
Итого		34,45	13,1	20,2	50,1	436
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 РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	1,78	0,4	1,7	2,5	27
СУП КУДРЯВЫЙ НА М.К.Б	200	14,61	3,8	6,4	11,6	118
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,90	3,2	4,5	34,1	190
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	22,97	8,2	3,3	1,8	70
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,53			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,59	2,5	0,3	16,1	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,4	0,1	9,5	45
Итого		50,28	19,5	16,3	82,2	554
Полдник						
КИСЕЛЬ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	4,81	0,1		15,1	62
Итого		4,81	0,1		15,1	62
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	140	11,41	8,4	6,5	51,6	297
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
КОНФЕТА	30	8,28	0,8		24,9	103
Итого		19,90	9,3	6,5	76,7	401
Всего		110,22	42,1	43	225,6	1462

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

