

МЕНЮ

11 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,46	4,5	5,7	28,5	184
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	20	3,55	0,3	1,4	1,2	18
БАТОН	30	1,81	2,2	0,8	15	77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,24	0,1		8,9	36
Итого		13,06	7,1	7,9	53,6	315
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 1/2	70	9,55	0,3	0,3	6,3	30
Итого		9,55	0,3	0,3	6,3	30
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,45	0,4		2	10
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б.	250	31,64	7	9	11,1	154
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	57,74	15,2	16,1	13,5	261
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,84			8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	1,57	2,5	0,3	15,9	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,54	2,5	0,2	16,1	76
Итого		95,78	27,6	25,6	66,9	611
Полдник						
СНЕЖОК	150	13,48				
Итого		13,48				
Ужин						
ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ	150	72,99	30,9	20,7	21,3	402
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,83	0,1		0,4	2
Итого		73,82	31	20,7	21,7	404
Всего		205,68	66	54,5	148,5	1360

(Зав. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

11 июля 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,86	3,7	3,8	23,8	145
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	20	3,55	0,3	1,4	1,2	18
БАТОН	30	1,82	2,2	0,8	15	77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,11	0,1		8,1	33
Итого		11,34	6,3	6	48,1	273
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 1/2	70	9,56	0,3	0,3	6,3	30
Итого		9,56	0,3	0,3	6,3	30
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,24	0,3		1,7	9
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б.	200	25,28	5,7	7,1	8,8	123
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	48,87	13,1	12,6	11,4	214
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,43			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,40	2,2	0,3	14,1	68
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,88	1,4	0,1	9,2	44
Итого		79,10	22,7	20,1	51,7	484
Полдник						
СНЕЖОК	140	12,58				
Итого		12,58				
Ужин						
ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ	130	63,21	26,8	17,8	18,4	348
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,65	0,1		0,3	2
Итого		63,86	26,9	17,8	18,7	350
Всего		176,43	56,2	44,2	124,8	1137

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.