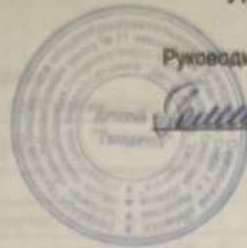


мушкетер повар

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 июля 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЛАДКИЙ ПЛОВ	170	7,41	2,8	4,4	34,4	188
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БАТОН	30	1,86	2,3	0,9	15,4	79
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,29	5,2	5,6	18,6	147
Итого		32,47	15,4	15,5	68,7	477
II Завтрак						
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	62	10,31	0,4	0,1	11,5	50
Итого		10,31	0,4	0,1	11,5	50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	35	2,79	0,5	1,6	4,7	36
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. БУЛ.	250	13,76	1,7	4,6	11,3	94
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЗРАЗЫ С КУРИЦЕЙ	145	34,70	3,6	7,1	19,3	151
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,40			8,7	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,67	2,7	0,2	17,4	81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,68	2,7	0,4	17	81
Итого		57,00	11,2	13,9	78,4	400
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	2,84				
Итого		2,84				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,23	0,3		1,7	71
СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	62,32	24,5	18	25,8	200
ЧАЙ	200	0,27	0,1		0,2	1
Итого		63,82	24,9	18	27,7	102
Всего		166,44	51,9	47,5	186,3	1000

(Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
/Голина Е.Г.



МЕНЮ

17 июля 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЛАДКИЙ ПЛОВ	150	6,52	2,5	3,8	29,8	165
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БАТОН	30	1,86	2,3	0,9	15,4	79
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,49	4,7	4,9	15,7	127
Итого		29,78	14,6	14,2	61,2	434
II Завтрак						
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	62	10,31	0,4	0,1	11,5	50
Итого		10,31	0,4	0,1	11,5	50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	1,74	0,2	1,4	2,4	23
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. БУЛ.	200	11,43	1,5	3,7	10,2	82
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЗРАЗЫ С КУРИЦЕЙ	125	28,20	3,1	5,2	17,8	131
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,94			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,35	2,1	0,3	13,6	65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,95	1,5	0,1	10	47
Итого		45,61	8,4	10,7	60,8	377
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	2,37				
Итого		2,37				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	25	1,02	0,3		1,4	
СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	57,73	22,7	16,3	23,8	35
ЧАЙ	180	0,22	0,1		0,2	
Итого		58,97	23,1	16,3	25,4	35
Всего		147,05	46,5	41,3	158,9	1277

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