

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.



МЕНЮ
3 августа 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,93	5,3	7,1	15,9	150
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/10	3,85	2,2	0,9	21,4	103
КОФЕ С МОЛОКОМ	180	11,48	4,4	4,7	14,7	120
Итого		29,25	11,9	12,7	52	373
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	2,76	0,1		7,1	30
Итого		2,76	0,1		7,1	30
Обед						
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	34,05	8,8	12,2	11,7	194
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,23	4,1	4,5	29,2	174
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60	23,07	7,6	4,5	1,5	78
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,40			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,80	2,8	0,4	18,2	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	1,8	0,1	11,7	55
Итого		67,67	25,1	21,7	79,1	615
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,52				
Итого		1,52				
Ужин						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,02	0,4	0,9	2,1	18
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	15,07	6,5	9,6	3	127
САТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
САЙ	180	0,61	0,2		0,5	3
ПЕЛЬСИН	100	18,81	0,9	0,2	7,8	41
Итого		36,74	9,5	11,3	23,6	241
Итого всего		137,94	46,6	45,7	161,8	1259

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.



МЕНЮ
3 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,93	5,3	7,1	15,9	150
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/10	4,45	2,3	0,9	23,4	110
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	12,75	4,9	5,2	16,1	133
Итого		31,13	12,5	13,2	55,4	393
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	3,31	0,1		8,5	36
Итого		3,31	0,1		8,5	36
Обед						
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	42,57	10,9	15,4	14,8	243
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	6,70	4,4	4,8	31,4	187
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	80	30,80	10,2	6,1	2	104
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	1,80			8,6	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,80	2,8	0,4	18,2	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,96	3,1	0,3	20,5	97
Итого		85,64	31,4	27	95,5	753
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,82				
Итого		1,82				
Ужин						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,02	0,4	0,9	2,1	18
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	21,32	9,7	13,1	4	175
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ	180	0,02				
АПЕЛЬСИН	100	18,82	0,9	0,2	7,8	41
Итого		42,40	12,5	14,8	24,1	286
Всего		164,29	56,5	55	183,5	1468

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.