

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21

*Г. Голыш* / Голыш Е. Г. /

**МЕНЮ**  
16 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ	200	16,05	6,8	7,8	24,7	196
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/11	13,28	4,8	4,1	15,8	120
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,26	5,2	5,6	18,4	147
Итого		43,59	16,8	17,5	58,9	463
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,80	0,1		1,6	9
Итого		0,80	0,1		1,6	9
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР	30	3,49	0,4	1,7	1,7	24
ОБЕДЕННИК НА МЛК. СО СМЕТАНОЙ	250/9	39,24	10,1	11,4	21,7	231
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	115	31,01	16,4	8,4	17,1	225
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СЪЕДОБНЫХ ФРУКТОВ	200	1,82			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,99	3,1	0,4	20,1	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,04	3,2	0,3	21,3	101
Итого		79,59	33,2	22,2	90,4	712
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЕЦ	150	11,41				
Итого		11,41				
<b>Ужин</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,39	3,4	1,2	24,3	122
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	35	43,11	11,2	11,7	4,3	168
БАТОН	20	1,32	1,8	0,6	10,9	56
чай	200	0,27	0,1		0,2	1
Итого		47,08	16,3	13,5	39,7	347
Всего		182,47	66,4	53,2	190,6	1531

Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

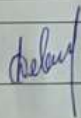
Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голоина Е.Г.

**МЕНИО**  
16 августа 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ	180	14,47	6,1	7,1	22,2	177
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	11,37	4,4	3,8	15,8	114
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,77	4,4	4,7	15	121
Итого		37,62	14,9	15,4	53	412
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,60	0,1		1,2	7
Итого		0,60	0,1		1,2	7
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР	30	3,49	0,4	1,7	1,7	24
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	31,08	8,1	9,1	15,4	177
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	105	28,50	14,8	7,8	15,8	206
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,41			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,59	2,5	0,3	16,1	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,17	1,9	0,2	12,2	58
Итого		67,24	27,7	19,1	67,6	569
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЕЦ	150	11,41				
Итого		11,41				
<b>Ужин</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,04	3,1	1,2	22,3	112
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	30	36,89	9,3	9,5	3,3	137
БАТОН	20	1,32	1,6	0,6	10,9	56
ЧАЙ	180	0,22	0,1		0,2	1
Итого		40,27	14,1	11,3	36,7	306
Всего		157,13	56,8	45,8	158,5	1294

Зав. производством (шеф-повар)



Девяшина М.А.