

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голова Е. Г.

МЕНЮ
8 августа 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	120	5,96	5,3	4	34,3	195
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	20	4,32	0,4	1,6	1,5	22
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	6,83	2,3	5,9	15,7	125
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,44	5	5,3	10,7	111
Итого		29,55	13	16,8	62,2	453
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,48	0,1		7,5	31
Итого		2,48	0,1		7,5	31
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	3,71	0,4	0,1	1,4	9
СУП ХАРЧО НА М.К.Б	200/8	16,51	4,5	6,3	18,3	149
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	46,98	12,9	10,5	15	209
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,37			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,37	2,2	0,3	13,9	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,08	1,7	0,1	11,3	53
Итого		71,03	21,7	17,3	66,6	514
Полдник						
КЕФИР	140	9,82	3,8	3,3	5,3	70
Итого		9,82	3,8	3,3	5,3	70
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,22	0,3		1,7	9
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	46,80	19,6	13,4	19,5	281
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
Итого		48,23	20	13,4	21,4	291
Всего		161,11	58,6	50,8	163	1359

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

Утверждено

Руководитель учреждения
И.В. ПЕТУХОВА № 21
С.В. БЕЛЫХ Година Е.П.

МЕНЮ

8 августа 2023 г.

СЗД 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	6,04	0,2	4,6	40,1	227
МЯКО ИЗ БАВКАЖАНОВ	25	4,07	0,4	3	1,2	33
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,48	2,3	7,8	19,3	140
КАФЕ С МОЛОКОМ	200	14,09	9,6	0	0	151
Итого		34,08	14,6	21,1	79,4	651
II. Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АЛЕСЬСНОВ	180	2,96	0,1		8,7	36
Итого		2,96	0,1		8,7	36
Обед						
ПОМАДОС СЕРВИС	30	3,70	0,4	0,1	1,4	6
СУП ХАРЧИНА М.К.Б	240/10	42,09	7,8	10,6	22	216
ПОТРЕБЫ ЛЕВНЬЕ	150	94,32	14,9	12,6	17,2	247
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,78	3,1	0,4	19,8	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,96	3	0,2	19,8	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,86	3	0,2	19,8	93
Итого		96,79	29,3	24,1	88,8	604
Полдник						
КЕФИР	150	10,52	4,1	3,8	6,6	78
Итого		10,52	4,1	3,8	6,6	78
Ужин						
КОРЮШЬ (ПОРУРИМ)	30	1,22	0,3		1,7	8
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОМИДОМ	150	57,17	22,4	16,4	22,7	233
ЧАЙ	200	0,25	0,1	16,4	0,2	1
Итого		58,64	22,8	16,4	24,6	243
Всего		201,92	70,8	66,1	203,1	1099

За разработку (шеф-повар) _____ Девкина М.А.