

Утверждаю

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



МЕНЮ
23 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	15,97	6,7	8,7	21,1	192
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БАТОН	30	1,88	2,3	0,9	15,6	79
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,25	5,1	5,6	18,8	148
Итого		41,01	19,2	19,8	55,8	482
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,80	0,1		1,6	9
Итого		0,80	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	35	2,64	0,4	1,6	3,1	30
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/8	76,49	19,6	18,2	19	320
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,13	4,1	4,9	28,6	176
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	31,25	15,5	9,8	2,7	180
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,73			9	36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,72	2,7	0,4	17,3	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,72	2,7	0,2	18	85
Итого		120,67	45	35,1	97,7	910
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	12,28				
Итого		12,28				
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,33	6,4	5,5	29,3	194
ЧАЙ	180	0,57	0,2		0,5	3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	8,32	0,2	0,2	5,5	26
Итого		16,21	6,8	5,7	35,3	223
Всего		190,97	71,1	60,6	190,4	1624

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина
Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ №

Галина Е

МЕНЮ
23 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	15,97	6,7	6,7	21,1	102
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,91	5,1	4,6	0,3	63
БАТОН	30	1,88	2,3	0,9	18,0	79
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,25	5,1	5,8	18,0	148
Итого		41,01	19,2	18,8	58,0	492
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,80	0,1		1,6	9
Итого		0,80	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	35	2,64	0,4	1,0	3,1	30
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/8	76,49	19,6	19,2	19	320
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,13	4,1	4,9	28,0	176
ОПАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	21,25	15,5	9,8	2,7	180
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,73			9	36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,72	2,7	0,4	17,3	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,72	2,7	0,2	18	85
Итого		120,87	46	35,1	97,7	910
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	12,28				
Итого		12,28				
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,33	6,4	5,5	29,3	164
ЧАЙ	180	0,57	0,2		0,5	3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	8,32	0,2	0,2	6,5	26
Итого		16,22	6,8	5,7	36,3	193
Всего		190,97	71,1	60,5	190,4	1624

Зав. производством (шеф-повар)

М.А.

Девяшина М.А.