Утверждаю

Руководитель учереждения
ГБОУ ООШ № 21
_____ /Голина Е.Г./

МЕНЮ

25 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	200	14,97	5,9	7,5	18	165
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,16	2,3	7,2	15,8	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,50	4,6	4,9	15,6	126
Итого		35,63	12,8	19,6	49,4	428
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,90	0,1	0,1	8,7	36
Итого		2,90	0,1	0,1	8,7	36
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	35	2,57	0,3	1,8	2,9	30
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	26,67	6,8	9,1	17,5	181
СУФЛЕ ИЗ МЯСА	150	69,77	21,6	23	15	355
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,80			7,7	31
ХЛЁБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,74	2,7	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,76	2,8	0,2	18,4	87
Итого		104,33	34,2	34,5	79,1	769
Полдник						
КЕФИР	150	11,62	4,5	3,9	6,2	82
Итого		11,62	4,5	3,9	6,2	82
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	36,71	19,6	13,9	50,5	408
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,81	0,1		1,6	9
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	8,84	0,2	0,2	5,8	28
Итого		46,36	19,9	14,1	57,9	445
Всего		200,84	71,5	72,2	201,3	1760

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

Утверждаю

Руководитель учереждения
ГБОУ ООШ № 21
_____ /Голина Е.Г./

МЕНЮ

25 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	200	14,97	5,9	7,5	18	165
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,16	2,3	7,2	15,8	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,50	4,6	4,9	15,6	126
Итого		35,63	12,8	19,6	49,4	428
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,90	0,1	0,1	8,7	36
Итого		2,90	0,1	0,1	8,7	36
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	35	2,57	0,3	1,8	2,9	30
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	26,67	6,8	9,1	17,5	181
СУФЛЕ ИЗ МЯСА	150	69,77	21,6	23	15	355
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,80			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,74	2,7	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,76	2,8	0,2	18,4	87
Итого		104,33	34,2	34,5	79,1	769
Полдник						
КЕФИР	150	11,62	4,5	3,9	6,2	82
Итого		11,62	4,5	3,9	6,2	82
Ужин						
ЗАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	36,71	19,6	13,9	50,5	408
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,81	0,1		1,6	9
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	8,84	0,2	0,2	5,8	28
Итого		46,36	19,9	14,1	57,9	445
Всего		200,84	71,5	72,2	201,3	1760

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