

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голоина Е.Г.

**МЕНЮ**  
21 сентября 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 КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	13,73	4,1	6,6	9,2	114
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	7,96	3,7	2,7	15,7	102
КОФЕ С МОЛОКОМ	180	12,21	4,5	4,8	15,1	122
Итого		33,90	12,3	14,1	40	338
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,61	0,1		1,2	7
Итого		0,61	0,1		1,2	7
<b>Обед</b>						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б	200	13,63	4,2	5,5	16,9	134
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	5,37	1,8	2,3	11,3	73
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	25,10	8,5	4,6	1,4	81
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,47			6,4	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,43	2,3	0,3	14,4	69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,58	2,5	0,2	16,5	78
Итого		48,57	19,3	12,9	66,9	461
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,48				
Итого		1,48				
<b>Ужин</b>						
ЛАПШЕВНИК С ПОВИДЛОМ	130	11,00	6,1	6,1	34,7	217
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,14	4,3	4,6	13,7	115
Итого		22,14	10,4	10,7	48,4	332
Всего		106,71	42,1	37,7	166,5	1138

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голина Е.Г.

**МЕНЮ**  
21 сентября 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 КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,08	4,9	7,4	10,6	130
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	10,98	4,4	3,8	15,7	113
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	13,73	5,1	5,3	17,8	140
Итого		40,80	14,4	16,3	44,1	383
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,81	0,1		1,6	9
Итого		0,81	0,1		1,6	9
<b>Обед</b>						
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б	250	16,28	5,1	6,4	20,5	163
КАША ГОРОХОВАЯ	140	4,29	16,1	2,9	33,8	225
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	33,49	11,2	6,2	1,8	108
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,89			8,1	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,78	2,8	0,4	18	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,57	2,5	0,2	16,5	78
Итого		59,31	37,7	16,1	98,7	694
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	2,23				
Итого		2,23				
<b>Ужин</b>						
ЛАПШЕВНИК С ПОВИДЛОМ	150	12,74	7,1	7	40,3	251
КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,38	4,9	5,1	15,3	128
Итого		25,11	12	12,1	55,6	379
Всего		128,26	64,2	44,5	200	1465

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.