

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голова Е.Г.

МЕНЮ
22 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	200	15,89	6	7,9	18,3	169
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,33	2,4	7,3	16,5	142
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,23	5,1	5,4	10,0	137
Итого		37,25	13,5	20,6	51,4	448
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,63	0,1		1,2	7
Итого		0,63	0,1		1,2	7
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	4,01	0,5	2,4	1,0	31
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/9	31,15	7,9	10,6	22,1	216
СУФЛЕ ИЗ МЯСА	150	67,39	21,5	23,6	13	352
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,99			8,6	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,87	2,9	0,4	18,9	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,75	2,8	0,2	18,8	88
Итого		108,19	35,6	37,2	83,1	813
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	11,03				
Итого		11,03				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	35	1,80	0,4	1,7	3,7	33
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	150	28,02	16,3	10,7	47	351
ЧАЙ	200	0,22	0,1		0,2	1
Итого		30,03	16,8	12,4	50,9	385
Всего		187,13	66	70,2	186,0	1653

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина М.А.

Девячина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

(Голина Е.Г.)

МЕНЮ

22 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	180	14,13	5,3	7,2	16,4	152
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,73	2,4	5,7	16,4	127
КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,97	3,4	3,7	12	96
Итого		29,83	11,1	16,6	44,8	375
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,47	0,1		0,9	5
Итого		0,47	0,1		0,9	5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35	3,51	0,4	2	1,6	27
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	26,63	7,4	6,5	18,7	182
СУФЛЕ ИЗ МЯСА	120	51,96	16,1	17,4	9,5	260
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,55			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,50	2,4	0,3	15,1	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,02	1,6	0,1	10,6	50
Итого		66,15	27,9	28,3	62,2	619
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,29				
Итого		10,29				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	1,53	0,3	1,4	3,2	27
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	130	24,26	14,4	8,9	42,8	311
ЧАЙ	180	0,18	0,1		0,1	1
Итого		25,97	14,8	10,3	46,1	339
Всего		152,72	53,9	55,2	154	1338

Зав. производством (шеф-повар)



Девяшина М.А.