

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ
11 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,93	4,9	7	16,6	150
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	83
БАТОН	30	1,88	2,3	0,9	15,5	79
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,26	4,6	4,9	15,3	124
Итого		36,97	16,9	17,4	47,7	416
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,81	0,1		1,2	7
Итого		0,81	0,1		1,2	7
Обед						
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР. БУЛ.	200	10,33	2,1	3,7	13,2	95
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С КУРАМИ	130	24,12	3,7	5,2	19,4	139
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,92			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,42	2,2	0,3	14,3	69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,97	1,5	0,1	10,1	48
Итого		38,75	9,5	9,3	63,6	378
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,68				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,34	1,5	1,9	14,4	81
Итого		5,02	1,5	1,9	14,4	81
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,12	0,3		1,6	8
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	49,17	20,6	14,7	17,9	289
ЧАЙ	180	0,34	0,1		0,3	2
Итого		50,63	21	14,7	19,8	299
Всего		131,99	49	43,3	146,7	1181

Зав. производством (шеф-повар)

де

Девяшина М.А.