

Утверждаю

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



МЕНЮ
18 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С ТЫКВОЙ	200	20,13	7,4	7,8	27,7	213
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,06	2,6	7,9	18,1	155
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	0,94	0,2	0,1	8,5	36
Итого		30,13	10,2	15,8	54,3	404
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,68	0,1		1,3	8
Итого		0,68	0,1		1,3	8
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	2,85	0,6	1,3	3,7	29
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/9	14,87	2,9	7,3	17,2	147
КУРНИК	160	28,79	9	6,5	55,4	318
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,31			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,70	2,7	0,4	17,2	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,62	2,6	0,2	17	80
Итого		52,15	17,8	15,7	119	691
Полдник						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	11,87	3,7	4,1	20,1	133
Итого		11,87	3,7	4,1	20,1	133
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	150	21,69	7,5	11	4,6	149
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,83	0,1		0,3	2
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,1	0,4	7,5	38
Итого		23,42	8,7	11,4	12,4	189
Всего		118,25	40,5	47	207,1	1425

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ
18 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С ТЫКВОЙ	180	18,13	6,8	7	24,9	192
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,33	2,6	6,2	18,1	139
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	0,85	0,2	0,1	7,7	33
Итого		26,31	9,6	13,3	50,7	364
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,1		1	6
Итого		0,49	0,1		1	6
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	2,48	0,5	1	3,2	25
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	11,85	2,4	5,7	13,6	117
КУРНИК	140	25,19	7,9	5,7	48,3	277
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,88			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,36	2,1	0,3	13,8	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,93	1,5	0,1	9,7	46
Итого		43,69	14,4	12,8	95,2	558
Полдник						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	9,89	3,1	3,4	16,6	111
Итого		9,89	3,1	3,4	16,6	111
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	130	18,22	6,2	9,3	3,8	126
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,62	0,1		0,2	2
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,1	0,4	7,5	38
Итого		19,75	7,4	9,7	11,5	166
Всего		100,13	34,6	39,2	175	1205

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А.