

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200	17,20	7,1	8,8	26	213
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОВ	30/12	5,20	2,4	0,9	25,9	121
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,85	5,2	5,8	17,6	145
Итого		36,25	14,7	15,3	69,5	479
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,40	0,1		9,1	38
Итого		2,40	0,1		9,1	38
Обед						
САЛАТ ТЕПЛЫЙ	40	5,46	0,7	2,7	3,8	43
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/9	17,91	5,4	5,5	20,9	156
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	90	37,95	13,4	6,6	1,8	121
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,03			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,94	3,1	0,4	19,6	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,58	2,5	0,2	16,5	78
Итого		66,88	25,1	15,4	71	526
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,57				
Итого		1,57				
Ужин						
ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ	150	53,37	23,9	15,3	23,9	335
ЧАЙ	200	0,23	0,1		0,2	1
Итого		53,59	24	15,3	24,1	336
Всего		160,70	63,9	46	173,7	1379

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

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	15,52	8,3	8,1	23,3	192
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОВ	30/10	4,65	2,4	0,9	24,2	115
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,48	4,3	4,8	14,5	119
Итого		31,65	13	13,8	62	426
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,00	0,1		7,7	31
Итого		2,00	0,1		7,7	31
Обед						
САЛАТ ТЕПЛЫЙ	35	4,81	0,6	2,3	3,3	38
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	14,36	4,4	4,3	16,8	126
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	80	33,71	11,9	6	1,6	106
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,58			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,56	2,5	0,3	15,7	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,4	0,1	9,4	45
Итого		56,91	20,8	13	53,4	417
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,32				
Итого		1,32				
Ужин						
ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ	130	45,94	20,5	13,3	18,9	281
ЧАЙ	180	0,17	0,1		0,1	1
Итого		46,11	20,6	13,3	19	282
Всего		137,99	54,5	40,1	142,1	1156

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