

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 октября 2023 г.

Сад 12 часов

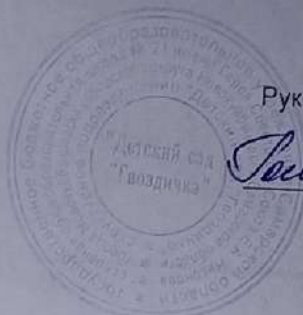
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	17,10	6,4	9,5	19,1	189
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,55	2,2	7,7	15,4	139
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,64	5	5,4	17,5	141
Итого		39,30	13,6	22,6	52	469
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,64	0,1		1,3	7
Итого		0,64	0,1		1,3	7
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	2,33	0,2		0,5	3
ШИ НА М К Б СО СМЕТАНОЙ	250/9	26,21	6,7	9,3	17,7	184
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	170	46,90	12,8	13	29,5	288
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,30			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,89	3	0,4	19,1	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,81	2,9	0,2	19	90
Итого		81,44	25,6	22,9	94,2	691
Полдник						
КЕФИР	180	10,61	4,1	3,6	5,7	75
Итого		10,61	4,1	3,6	5,7	75
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	40	1,36	0,4		2	10
ТВОРОЖЕННЫЕ ПАЛОЧКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	60,73	25,5	18,4	21,1	354
ЧАЙ	180	0,22	0,1		0,2	1
Итого		62,31	26	18,4	23,3	365
Всего		194,31	69,4	67,5	176,5	1607

Зав. производством (шеф) повар

Деяшина М А

Деяшина М А

Утвер



Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е. Г.

МЕНЮ

24 октября 2023 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	180	13,97	5,4	7,6	15,5	154
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	6,86	2,2	6	15,3	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,11	4,5	4,9	14,9	122
Итого		32,94	12,1	18,5	45,7	400
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,48	0,1		0,9	5
Итого		0,48	0,1		0,9	5
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	30	2,34	0,2		0,5	3
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	21,94	6	7,7	15,4	155
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	150	41,32	11,3	11,5	25,9	253
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,92			6,6	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,04	1,6	0,1	10,8	51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,52	2,4	0,3	15,3	74
Итого		70,08	21,5	19,6	74,5	562
Полдник						
КЕФИР	150	8,84	3,4	3	4,7	63
Итого		8,84	3,4	3	4,7	63
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,19	0,3		1,7	9
ТВОРОЖЕННЫЕ ПАЛОЧКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	52,60	22	15,9	18,3	307
ЧАЙ	180	0,18	0,1		0,1	1
Итого		53,96	22,4	15,9	20,1	317
Всего		166,30	59,5	57	145,9	1347

Произведено (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

шеф-повар