

Утверждено

Руководитель учреждения
ТБОУ СОШ № 21
Голыш Е.Г.

МЕНЮ
18 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СИТ ТЕРМОКОСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ | 180 | 14,15 | 5,7 | 7,9 | 15,9 | 161 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 306 | 6,89 | 2,2 | 5,8 | 15,1 | 122 |
| КАККО С МОЛОКОМ | 180 | 11,52 | 4,4 | 4,8 | 14,5 | 119 |
| Итого | | 32,57 | 12,3 | 18,5 | 45,5 | 402 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,52 | 0,1 | | 1 | 6 |
| Итого | | 0,52 | 0,1 | | 1 | 6 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 30 | 1,57 | 0,3 | 1 | 2,8 | 21 |
| ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 290/8 | 22,90 | 5,3 | 7,9 | 16,3 | 163 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 5,28 | 4,3 | 3,9 | 27,5 | 163 |
| СОУПЫ ИЗ ПЕЧЕНИ | 70 | 26,63 | 13 | 8,6 | 2,6 | 156 |
| КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 1,40 | | | 6,6 | 26 |
| ХЛЕБ РКЯНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 1,38 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 67 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 0,94 | 1,5 | 0,1 | 9,8 | 46 |
| Итого | | 60,50 | 27,8 | 21,8 | 79,2 | 141 |
| Полдник | | | | | | |
| КОФЕ | 140 | 10,36 | 4 | 3,5 | 5,6 | 74 |
| Итого | | 10,36 | 4 | 3,5 | 5,6 | 74 |
| Ужин | | | | | | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ | 130 | 25,55 | 9,5 | 8,5 | 25,5 | 217 |
| БАТОН | 20 | 1,14 | 1,4 | 0,5 | 6,4 | 40 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,92 | 0,1 | | 0,2 | 9 |
| Итого | | 28,31 | 11 | 9 | 35,1 | 257 |
| Всего | | 132,08 | 55 | 52,8 | 167,4 | 1390 |

Зав. производством (шеф-повар)

Деякина М.А.

Деякина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
18 октября 2023 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ | 200 | 15,69 | 6,3 | 8,5 | 18,8 | 179 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 30/8 | 8,29 | 2,2 | 7,4 | 15,2 | 136 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 13,87 | 5,2 | 5,7 | 17,6 | 145 |
| Итого | | 37,85 | 13,7 | 21,6 | 51,6 | 460 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,68 | 0,1 | | 1,3 | 4 |
| Итого | | 0,68 | 0,1 | | 1,3 | 4 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 35 | 2,30 | 0,4 | 1,2 | 3,2 | 25 |
| БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 250 | 26,39 | 8,9 | 9,4 | 20 | 194 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 6,56 | 5,3 | 4,9 | 34,3 | 263 |
| ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ | 80 | 30,26 | 14,9 | 9,6 | 2,8 | 174 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1,80 | | | 8,4 | 34 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 1,73 | 2,7 | 0,4 | 17,4 | 84 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 1,64 | 2,6 | 0,2 | 17,2 | 81 |
| Итого | | 70,69 | 32,8 | 25,7 | 103,3 | 796 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 150 | 11,12 | 4,3 | 3,7 | 6 | 79 |
| Итого | | 11,12 | 4,3 | 3,7 | 6 | 79 |
| Ужин | | | | | | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ | 150 | 30,61 | 11 | 9,7 | 29,4 | 250 |
| БАТОН | 20 | 1,14 | 1,4 | 0,5 | 9,4 | 48 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,84 | 0,1 | | 0,3 | 2 |
| Итого | | 32,59 | 12,5 | 10,2 | 39,1 | 300 |
| Всего | | 152,93 | 63,4 | 61,2 | 201,3 | 1642 |

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.