

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Галина Е. Г.

МЕНЮ
20 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	180	13,57	5,3	7	17	152
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/Б	6,49	2,1	5,6	14,6	118
КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,36	3,2	3,4	11,7	91
Итого		28,42	10,6	16	43,3	361
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	1,99	0,1		7,2	30
Итого		1,99	0,1		7,2	30
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	2,15	0,2	1,9	1,9	26
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/Б	25,91	7,2	8,6	16,4	170
СУФЛЕ ИЗ МЯСА	140	61,32	18,4	19,9	9,2	291
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,60			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,58	2,5	0,3	16	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,34	2,1	0,2	14	66
Итого		93,90	30,4	30,9	64,2	657
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,84				
Итого		10,84				
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	26,94	15,4	10	45,5	334
ЧАЙ	180	0,19	0,1		0,2	1
Итого		27,12	15,5	10	45,7	335
Итого		162,26	56,6	56,9	160,4	1383

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

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
20 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП - КУЛЕШ	200	14,91	5,8	7,5	17,8	163
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,06	2,1	7,1	14,7	132
КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,32	4,7	5	15,9	129
Итого		35,29	12,6	19,6	48,4	424
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,39	0,1		8,7	35
Итого		2,39	0,1		8,7	35
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	2,42	0,3	2,1	2,2	30
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/9	32,50	8,5	10,4	22,1	219
СУФЛЕ ИЗ МЯСА	150	69,71	21,9	23,9	10,5	346
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,06			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,98	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,53	2,4	0,2	16	75
Итого		110,20	36,2	37	79,2	800
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	11,62				
Итого		11,62				
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	180	30,79	17,6	11,2	52	381
ЧАЙ	200	0,23	0,1		0,2	1
Итого		31,01	17,7	11,2	52,2	382
Всего		190,51	66,6	67,8	188,5	1641

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