

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21
Голына Е.Г.

МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	180	18,13	6,3	7,4	22,5	183
БУТТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	6,55	2,2	5,7	15,1	120
ВАНИЛЬ С МОЛОКОМ	180	8,29	3,2	3,4	11,4	89
Итого		32,97	11,7	16,5	49	392
II Завтрак						
КОФЕ РАСТВОРЕННОЕ	150	1,95	0,1		7	29
Итого		1,95	0,1		7	29
Обед						
Суп (овощной)	35	2,28	0,4	1,1	3,2	26
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	7,35	1,8	5	12,7	103
САЛАТ СЛИВОЧНО-МАКАРОННЫЙ	140	9,64	6	5,7	28,1	187
КОМПОЗИТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,58			6,4	20
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,57	2,5	0,3	15,8	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,55	2,5	0,2	16,2	78
Итого		23,96	13,2	12,3	82,4	493
Полдник						
КОФЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	3,97	0,1		12,6	51
		3,97	0,1		12,6	51
Ужин						
КОШАК ПО СВЕТАНОВСКИ	130	40,65	15,5	10,8	5,3	181
Чай	180	0,18	0,1		0,1	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,20	1,5	0,6	10	51
Итого		42,03	17,1	11,4	15,4	233
Итого		104,88	42,2	40,2	160,4	1198

Зав. производством (шеф-повар)

Deh

Девяшина М А

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голова Е.Г. Голова Е.Г.

МЕНЮ
23 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ПИЩЕВЫЙ С ТЫКВОЙ	200	20,11	7	8,2	25	203
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,14	2,2	7,3	15,2	135
САЛАТ С МОЛОКОМ	200	12,20	4,7	5	15,5	127
Итого		40,45	13,9	20,5	55,7	465
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ ЯБЛОК И КИВИ	180	2,35	0,1		8,3	34
Итого		2,35	0,1		8,3	34
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	2,61	0,5	1,3	3,5	28
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200/10	11,07	2,4	6,9	15,2	133
САЛАТ ИЗ МАКАРОННОЙ	160	11,03	6,8	6,4	32	214
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,47			8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,96	3,1	0,4	19,8	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,77	2,8	0,2	18,5	87
Итого		30,91	15,6	15,2	97,3	591
Полдник						
САЛАТ ИЗ ПОВИДЛА	180	4,78	0,1		15,2	61
Итого		4,78	0,1		15,2	61
Ужин						
КОРМОК СВЕТЛАНОВСКИ	150	50,21	19,8	14,6	6,4	237
ЧАЙ	180	0,23	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,20	1,5	0,6	10	51
Итого		51,64	21,4	15,2	16,6	289
Всего		130,12	51,1	50,9	193,1	1440

Зав. производством (шеф-повар)

Десятина М.А.

Десятина М.А.