

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Г.И. Сидор / Голина Е.Г. /

МЕНЮ
17 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 ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ	180	15,60	5,7	8,1	18,7	171
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,45	2,2	5,5	14,7	118
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,21	4,6	4,9	15,3	124
Итого		34,26	12,5	18,5	48,7	413
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,67	0,1		1,3	8
Итого		0,67	0,1		1,3	8
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,93	0,1		0,3	2
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б	200	24,03	6,8	6,2	13,3	137
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,96	3,4	2	24,4	129
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	41,79	10,2	11,6	4,4	164
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,39			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,35	2,1	0,3	13,7	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	1,5	0,1	9,6	45
Итого		73,37	24,1	20,2	72,4	570
Полдник						
СНЕЖОК	140	10,66				
Итого		10,66				
Ужин						
ТЫКВА ПОРЦИОННО	35	5,34	0,3	2,8	1,2	30
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	120/10	51,20	21,8	14,6	16,6	288
ЧАЙ	180	0,18	0,1		0,1	1
Итого		56,72	22,2	17,4	17,9	319
Всего		175,68	58,9	56,1	140,3	1310

Зав. производством (шеф-повар)

Декина

Деяшина М.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 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 ВЕРМЕШЕЛЕВЫЙ	200	17,29	6,3	9	20,7	190
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,03	2,2	7,1	14,8	132
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,83	5	5,5	18,2	144
Итого		39,14	13,5	21,6	53,7	466
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,89	0,1	0,1	1,6	10
Итого		0,89	0,1	0,1	1,6	10
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,93	0,1		0,3	2
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б	250	29,88	8,4	7,7	16,1	169
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	3,44	4	2,2	28,5	150
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	47,81	11,8	13,3	5,1	188
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,79			8,6	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,69	2,7	0,4	17,1	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,60	2,5	0,2	16,8	79
Итого		87,15	29,5	23,8	92,5	705
Полдник						
СНЕЖОК	150	11,42				
Итого		11,42				
Ужин						
ТЫКВА ПОРЦИОННО	40	6,07	0,3	3	1,4	34
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	140/10	59,75	25,4	17	19,4	336
ЧАЙ	200	0,23	0,1		0,2	1
Итого		66,04	25,8	20	21	371
Всего		204,65	68,9	65,5	168,8	1552

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.