

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

Голина Е.Г.

## МЕНЮ

3 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	6,27	5,4	4,6	34,6	202
ИКРА БАКЛАЖАНАЯ	30	3,83	0,4	2,8	1,1	31
БАТОН	30	1,73	2,1	0,8	14,3	73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,12	5,1	5,4	18,4	144
Итого		25,95	13	13,8	68,4	450
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,63	0,1	0,1	8,4	34
Итого		2,63	0,1	0,1	8,4	34
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	3,10	0,3	0,1	1,2	7
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/8	32,25	9,1	8,6	21,7	202
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	49,77	13,4	13,1	14,8	233
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,90			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,53	2,4	0,3	15,5	74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,43	2,3	0,2	14,9	71
Итого		69,98	27,5	22,3	76,5	621
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	150	10,18				
Итого		10,18				
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	150	54,47	23	16,2	19,3	317
ЧАЙ	200	0,19	0,1		0,2	1
Итого		54,67	23,1	16,2	19,5	318
Всего		183,42	63,7	52,2	172,8	1423

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Галина Е.Г.

## МЕНЮ

3 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,38	4,7	4	29,7	173
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	8,88	0,8	3,4	2,9	46
БАТОН	30	1,73	2,1	0,8	14,3	73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,95	4,5	4,9	10,6	105
Итого		27,94	12,1	13,1	57,5	397
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	2,19			6,9	29
Итого		2,19			6,9	29
<b>Обед</b>						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	3,10	0,3	0,1	1,2	7
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	25,79	7,3	7	17,2	162
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	43,23	11,7	11,6	12,9	203
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,47			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,07	1,7	0,2	10,8	52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,82	1,3	0,1	8,5	40
Итого		75,49	22,3	19	57,2	490
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	140	9,51				
Итого		9,51				
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	130	47,25	19,9	14	16,6	275
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
Итого		47,46	20	14	16,8	276
Всего		162,59	54,4	46,1	138,4	1192

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.