

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

(Голова Е.Г.)

МЕНЮ

5 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЯЧНЕВЫЙ	180	13,90	5,1	7,1	15,4	147
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,90	2,2	6	15,4	125
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,53	4,9	5,1	16	131
Итого		33,33	12,2	18,2	46,8	403
II Завтрак						
НАЛИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	2,21			6,9	28
Итого		2,21			6,9	28
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	30	2,17	0,5	2,1	3,3	34
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	200	12,87	4,2	6,2	16,9	139
РЫБИЙ ГЛАЗ	70	33,79	12,3	7,2	1,5	121
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,50			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,43	2,3	0,3	14,5	70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,97	1,5	0,1	10,1	48
Итого		52,74	20,8	15,9	53	439
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,21				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,26	1,4	1,9	14,1	79
Итого		4,47	1,4	1,9	14,1	79
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	140	31,48	11,9	10,3	26,6	247
ЧАЙ	180	0,16	0,1		0,1	1
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
Итого		32,86	13,5	10,9	36,8	300
Всего		125,61	47,9	46,9	157,6	1249

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

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
5 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЯЧНЕВЫЙ	200	15,43	5,7	7,8	17,1	164
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,88	5,3	5,7	17,8	146
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,59	2,2	7,7	15,5	140
Итого		37,91	13,2	21,2	50,4	450
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,66	0,1	0,1	8,3	34
Итого		2,66	0,1	0,1	8,3	34
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	35	2,64	0,6	2,4	4,1	41
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	250	16,11	5,2	7,6	21	174
РЫБИЙ ГЛАЗ	80	39,34	14,2	9,5	1,8	150
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,93			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,79	2,8	0,4	18,1	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	2,7	0,2	17,7	84
Итого		63,48	25,5	20,1	71,2	570
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,45				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,28	1,4	1,9	14,1	79
Итого		4,71	1,4	1,9	14,1	79
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	180	36,00	13,6	11,7	30,4	282
ЧАЙ	200	0,21	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
Итого		37,43	15,2	12,3	40,7	335
Всего		146,19	55,4	55,6	184,7	1468

Зав. производством (шеф-повар)



Девяшина М.А.