

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
2 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	15,35	5,9	7,7	17,4	184
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,25	1,8	5,5	12,7	108
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,46	5,1	5,5	16,3	137
Итого		35,06	12,8	18,7	46,4	409
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,81	0,1		1,6	9
Итого		0,81	0,1		1,6	9
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	2,65	0,4		0,8	6
СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250	16,25	2,6	5,7	19,4	141
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	180	25,70	2,9	4,7	8,6	92
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,91			8,2	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	1,77	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,46	2,3	0,2	15,3	72
Итого		49,74	11	11	70,4	430
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	2,03				
Итого		2,03				
<b>Ужин</b>						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С МОРКОВЬЮ И ЯЙЦОМ	180	15,41	10,7	7,9	53,5	328
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
Итого		15,61	10,8	7,9	53,7	329
Всего		103,26	34,7	37,6	172,1	1177

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
*Головина Е.Г.*

**МЕНЮ**  
2 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	13,85	5,3	7	15,7	148
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,75	2,5	5,8	16,9	129
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,11	4,7	5	14,7	124
Итого		32,71	12,5	17,8	47,3	401
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,1		1,2	7
Итого		0,61	0,1		1,2	7
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	1,89	0,3		0,6	4
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200	13,09	2,4	4,6	14,5	109
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	160	22,79	2,6	4	7,7	81
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4,05			6,4	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,57	2,5	0,3	15,9	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,84	1,3	0,1	8,7	41
Итого		44,24	9,1	9	53,8	337
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,70				
Итого		1,70				
<b>Ужин</b>						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ И ЯЙЦОМ	140	13,53	9,3	7	46,8	287
ЧАЙ	180	0,17	0,1		0,1	1
Итого		13,70	9,4	7	46,9	288
Всего		92,96	31,1	33,8	149,2	1033

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.