

Утверждаю

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



МЕНЮ
16 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,73	4,3	7,3	9,9	123
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,90	2,2	6	15,2	124
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,53	4,8	5,1	15,4	128
Итого		34,17	11,3	18,4	40,5	375
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,1		1	6
Итого		0,49	0,1		1	6
Обед						
САЛАТ ТЕПЛЫЙ	30	3,84	0,4	1,6	2	24
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/10	17,94	4,9	7,1	17,1	154
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	5,97	2,1	2,3	12,5	79
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	38,99	0,9	4	1,5	46
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,49			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,56	2,5	0,3	15,8	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,49	2,4	0,2	15,6	74
Итого		71,28	13,2	15,5	71,3	480
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	4,35	0,1		13,7	55
Итого		4,35	0,1		13,7	55
Ужин						
КАПУСТНЫЕ КОТЛЕТЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	115	8,53	3,7	5,2	11,1	108
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
ЧАЙ	180	0,17	0,1		0,1	1
ПРЯНИКИ	30	3,34	1	0,8	12,9	63
Итого		13,26	6,3	6,6	34,2	224
Всего		123,54	31	40,5	160,7	1140

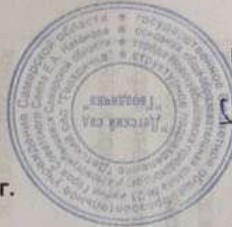
(Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
16 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	17,21	5,1	8,2	11,2	141
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,57	2,2	7,7	15,3	139
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,15	5,3	5,8	18,1	148
Итого		39,92	12,6	21,7	44,6	428
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,66	0,1		1,3	7
Итого		0,66	0,1		1,3	7
Обед						
САЛАТ ТЕПЛЫЙ	40	5,10	0,5	1,9	2,7	32
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/10	22,85	6,5	8,6	24,2	202
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	7,47	2,4	2,9	15,7	99
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ (ПОРЦИОННО)	80	49,03		4,2		38
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,92			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,95	3,1	0,4	19,7	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,49	2,4	0,2	15,6	74
Итого		89,81	14,9	18,2	86,6	575
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	5,94	0,1		18,8	76
Итого		5,94	0,1		18,8	76
Ужин						
КАПУСТНЫЕ КОТЛЕТЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	125	9,30	3,9	5,9	12,1	118
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
ЧАЙ	200	0,23	0,1		0,2	1
ПРЯНИКИ	30	3,33	1	0,8	12,9	63
Итого		14,08	6,5	7,3	35,3	234
Всего		150,42	34,2	47,2	186,6	1320

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Деяшина М.А.