

Время	Сод. 11 часов	В
1	34	35
2	34	35
3	34	35
4	34	35
5	34	35
6	34	35
7	34	35
8	34	35
9	34	35
10	34	35
11	34	35
12	34	35
13	34	35
14	34	35
15	34	35
16	34	35
17	34	35
18	34	35
19	34	35
20	34	35
21	34	35
22	34	35
23	34	35
24	34	35
25	34	35
26	34	35
27	34	35
28	34	35
29	34	35
30	34	35
31	34	35
32	34	35
33	34	35
34	34	35
35	34	35
36	34	35
37	34	35
38	34	35
39	34	35
40	34	35
41	34	35
42	34	35
43	34	35
44	34	35
45	34	35
46	34	35
47	34	35
48	34	35
49	34	35
50	34	35
51	34	35
52	34	35
53	34	35
54	34	35
55	34	35
56	34	35
57	34	35
58	34	35
59	34	35
60	34	35
61	34	35
62	34	35
63	34	35
64	34	35
65	34	35
66	34	35
67	34	35
68	34	35
69	34	35
70	34	35
71	34	35
72	34	35
73	34	35
74	34	35
75	34	35
76	34	35
77	34	35
78	34	35
79	34	35
80	34	35
81	34	35
82	34	35
83	34	35
84	34	35
85	34	35
86	34	35
87	34	35
88	34	35
89	34	35
90	34	35
91	34	35
92	34	35
93	34	35
94	34	35
95	34	35
96	34	35
97	34	35
98	34	35
99	34	35
100	34	35

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Жамина Солина Е.Г./



МЕНЮ

15 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,05	5,6	7,7	16,7	159
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	6,29	3,6	2,9	12,9	93
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,59	4,3	4,7	15	119
Итого		31,93	13,5	15,3	44,6	371
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,21	0,1		6,6	27
Итого		2,21	0,1		6,6	27
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	2,98	0,2		0,7	4
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	25,01	6,4	8,4	14,8	161
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,50	3,8	3,2	26,9	151
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	29,13	14,6	9,7	7,1	189
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,38			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,55	2,4	0,3	15,6	75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	1,4	0,1	9,4	44
Итого		64,44	28,8	21,7	81,3	651
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	11,50				
Итого		11,50				
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	130	20,84	7,6	10,3	4,7	143
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	50,00	12,2	13,7	0,7	174
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,29	1,6	0,6	10,7	54
ЧАЙ	180	0,19	0,1		0,2	1
Итого		72,31	21,5	24,6	16,3	372
Всего		182,39	63,9	61,6	148,8	1421

Зав. производством (шеф-повар) _____

Девяшина М.А.



Всего	Средн. по 12 часам	2,945	14,308	6,704	8,070	0,017	0,013	1,700	3,300	4,448	24,852	0,335	1,245	0,014	0,008	0,428	2,077	0,169	0,103	0,310	2,045	7,340	38,644	0,659	2,644	1,305	6,411	0,460	2,070	0,279	1,151	0,014	0,008	0,137	0,144
Учебно-образовательный	33	0,665	3,092	1,296	1,439	0,017	0,013	1,700	3,300	4,448	24,852	0,335	1,245	0,014	0,008	0,428	2,077	0,169	0,103	0,310	2,045	7,340	38,644	0,659	2,644	1,305	6,411	0,460	2,070	0,279	1,151	0,014	0,008	0,137	0,144
34	0,665	3,092	1,296	1,439	0,017	0,013	1,700	3,300	4,448	24,852	0,335	1,245	0,014	0,008	0,428	2,077	0,169	0,103	0,310	2,045	7,340	38,644	0,659	2,644	1,305	6,411	0,460	2,070	0,279	1,151	0,014	0,008	0,137	0,144	
35	0,665	3,092	1,296	1,439	0,017	0,013	1,700	3,300	4,448	24,852	0,335	1,245	0,014	0,008	0,428	2,077	0,169	0,103	0,310	2,045	7,340	38,644	0,659	2,644	1,305	6,411	0,460	2,070	0,279	1,151	0,014	0,008	0,137	0,144	

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голдина Е.Г.



МЕНЮ
15 ноября 2023 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	15,57	6,3	8,5	18,6	177
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/9	7,30	4	3,4	12,9	99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,96	5,1	5,5	18,3	145
Итого		36,83	15,4	17,4	49,8	421
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,23	0,1		7,9	32
Итого		2,23	0,1		7,9	32
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	3,47	0,3		0,9	5
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	25,06	6,4	8,4	14,8	161
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,07	4,4	3,5	31,2	174
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	80	33,33	17,1	11	8,9	219
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,77			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,93	3	0,4	19,5	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,57	2,5	0,2	16,4	78
Итого		71,20	33,7	23,5	100,4	766
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	12,32				
Итого		12,32				
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	150	27,12	10,6	13,4	5,4	186
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	58,32	14,3	15,9	0,9	204
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,29	1,6	0,6	10,7	54
ЧАЙ	180	0,22	0,1		0,2	1
Итого		86,94	26,6	29,9	17,2	445
Всего		209,52	75,8	70,8	175,3	1664

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