

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голына Е.Г. Голына Е.Г.



МЕНЮ

8 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,48	5,6	7,4	17,3	159
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	306	6,74	2,3	5,7	16	126
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,80	4,6	4,9	14,4	120
Итого		41,93	17,6	22,6	48	468
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,62	0,1		1,2	7
Итого		0,62	0,1		1,2	7
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	2,11	0,4	1	2,7	22
СВЕКОЛЬНИК НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ	200/8	16,04	4,7	7,3	15,6	140
БРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	105	11,21	2,9	6	21,5	171
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,51			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,4	16,9	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	1,6	0,1	10,5	40
Итого		33,54	12,2	16,8	73,9	498
Полдник						
КЕФИР	140	10,75	4,2	3,6	5,8	76
Итого		10,75	4,2	3,6	5,8	76
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	140	12,63	9,7	6,9	43	272
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,87	0,1		7,8	32
ЯБЛОКО 1/2	60	8,87	0,2	0,2	5,9	28
Итого		24,37	10	7,1	56,7	332
Всего		111,22	44,1	50,1	186,6	1381

(За производство (выпеч) повар)

Девякина М.А.

Девякина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
8 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,05	6,2	8,1	19	176
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	83
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,34	2,3	7,4	16,1	140
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	14,13	5,4	5,8	16,6	142
Итого		47,43	19	25,9	52	521
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,83	0,1		1,6	9
Итого		0,83	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	2,47	0,4	1,2	3,3	26
СВЕКОЛЬНИК НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ	250/8	19,97	5,6	8,9	19,9	184
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	125	13,74	3,4	10,3	25,7	211
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,94			8,3	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,09	3,3	0,4	21,1	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,75	2,8	0,2	18,3	86
Итого		41,96	15,5	21	96,6	642
Полдник						
КЕФИР	140	10,75	4,2	3,6	5,8	76
Итого		10,75	4,2	3,6	5,8	76
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	14,38	11,2	7,8	49,1	310
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	2,67	0,1		8,5	36
ЯБЛОКО 1/2	80	11,82	0,3	0,3	7,8	37
Итого		28,87	11,6	8,1	65,4	382
Всего		129,83	50,4	58,6	221,4	1630

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина

Девячина М.А.