

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
23 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНАЯ	180	14,34	5,4	7,3	16	153
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,48	2,2	7,6	15,3	138
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,04	3,3	3,6	12,1	94
Итого		31,85	10,9	18,5	43,4	385
II Завтрак						
ЯБЛОКО 1/2	60	8,16	0,2	0,2	5,4	26
Итого		8,16	0,2	0,2	5,4	26
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	1,51	0,4	2,1	2,1	28
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	30,37	8,1	9,3	12,7	166
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,93	3,8	3,3	27,4	155
РЫБИЙ ГЛАЗ	60	34,35	12,4	6,7	1,6	117
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,37			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,90	3	0,4	19,2	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,4	0,1	9,5	45
Итого		74,33	29,1	21,9	79	629
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	4,64	0,1		14,7	59
Итого		4,64	0,1		14,7	59
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,81	3,7	3,9	23,7	146
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	28,81	6,9	8,7	3,9	123
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
ЧАЙ	180	0,16	0,1		0,1	1
Итого		34,99	12,2	13,2	37,8	322
Всего		163,98	52,5	53,8	180,3	1421

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
23 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНАЯ	200	15,94	6,1	8,1	18,4	172
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/8	8,48	2,2	7,8	15,3	138
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,31	5	5,3	16,6	135
Итого		37,73	13,3	21	50,3	445
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН 1/2	70	13,17	0,6	0,1	5,4	29
Итого		13,17	0,6	0,1	5,4	29
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	35	1,75	0,4	2,4	2,4	33
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	37,62	9,9	11,5	13,5	198
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,52	4,5	3,7	31,6	178
РЫБИЙ ГЛАЗ	80	45,82	16,6	9	2,2	157
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	1,75			8,3	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,90	3	0,4	19,2	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,58	2,5	0,2	16,5	78
Итого		94,94	36,9	27,2	83,7	769
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	5,58	0,1		17,6	71
Итого		5,58	0,1		17,6	71
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,74	4,5	4,7	28,3	175
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	32,14	7,8	10	4,3	139
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
ЧАЙ	180	0,23	0,1		0,2	1
Итого		39,33	13,9	15,3	42,9	367
Всего		190,76	64,8	63,6	209,9	1681

За производство (шеф-повар)

Девяшина М.А.