

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

3 ноября 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 КУКУРУЗНЫЙ	180	15,15	4,3	8,1	10,8	133
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,95	2,3	6	15,7	126
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,68	4,5	4,9	14,7	121
<b>Итого</b>		42,69	16,2	23,6	41,5	443
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	140	10,77	4,2	3,6	5,8	77
<b>Итого</b>		10,77	4,2	3,6	5,8	77
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	1,67	0,4	1,8	3,2	30
СУП ХОРЧО	200	22,43	5,7	8,5	15	160
ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ	140	48,19	13,7	12,7	11,9	219
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,48			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,56	2,5	0,3	15,7	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,5	0,1	9,6	45
<b>Итого</b>		76,24	23,8	23,4	62	556
<b>Ужин</b>						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,62	0,1		0,2	2
РАСТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	140	19,81	10,3	6,5	48	292
<b>Итого</b>		20,42	10,4	6,5	48,2	294
<b>Всего</b>		150,12	54,6	57,1	157,5	1370

(Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

*В.С.*

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
3 ноября 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 КУКУРУЗНЫЙ	200	17,45	5,1	8,9	12,1	151
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,93	2,3	6	15,7	126
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	13,98	5,3	5,7	16,7	142
Итого		47,27	17,8	25,2	44,8	482
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР	150	11,54	4,5	3,9	6,2	82
Итого		11,54	4,5	3,9	6,2	82
<b>Обед</b>						
СУП ХОРЧО	250	27,99	7,1	10,8	18,8	201
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	35	1,96	0,5	2,1	3,8	36
ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ	160	55,10	15,8	14,7	13,6	251
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	1,89			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,94	3,1	0,4	19,6	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,60	2,5	0,2	16,7	79
Итого		90,48	29	28,2	80,9	695
<b>Ужин</b>						
РАСТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	160	22,69	11,8	7,4	55,1	334
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,81	0,1		0,3	2
Итого		23,49	11,9	7,4	55,4	336
Всего		172,79	63,2	64,7	187,3	1595

(зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина М.А.*

Девяшина М.А.