

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

_____/Голина Е.Г./

МЕНЮ

7 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	180	13,73	5,7	6,7	20,8	167
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	6,65	2,3	5,7	15,7	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,04	4,5	4,9	14,6	121
Итого		32,42	12,5	17,3	51,1	411
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,43	0,1		6,6	28
Итого		2,43	0,1		6,6	28
Обед						
УХА	200	13,72	4,6	4	19,3	132
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ОВОЩАМИ	120	6,33	4,9	4	31,6	182
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,88			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,74	2,7	0,4	17,5	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,06	1,7	0,1	11,1	52
Итого		24,73	13,9	8,5	86,1	476
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	3,69	0,1		11,6	47
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,51	1,5	2	15,1	85
Итого		7,20	1,6	2	26,7	132
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	16,38	7	10,5	3,8	139
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	4,77	0,4	1,8	1,6	25
БАТОН	20	1,26	1,5	0,6	10,5	53
ЧАЙ	180	0,19	0,1		0,1	1
ЯБЛОКО	100	14,39	0,4	0,4	9,5	46
Итого		36,98	9,4	13,3	25,5	264
Всего		103,77	37,5	41,1	196	1311

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.