

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ

7 декабря 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	15,33	5,9	8	22,8	187
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/9	11,39	3,9	7,9	14,3	145
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,55	4,4	4,8	14,5	120
Итого		38,27	14,2	20,7	51,6	452
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,60	0,1		1,2	7
Итого		0,60	0,1		1,2	7
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	3,54	1	9	7,6	116
СУП МОСКОВСКИЙ СО СМЕТНОЙ	200	14,71	4,3	6,8	16,1	142
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	28,43	9,8	4,6	4	96
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,48			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,62	2,6	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,97	1,5	0,1	10,1	48
Итого		50,75	19,2	20,8	60,7	507
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	4,19	0,1		13,2	53
Итого		4,19	0,1		13,2	53
Ужин						
ЛЕНИВЫЕ БАРЕНИКИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130	51,28	22,9	14,7	18,9	303
ЧАЙ	180	0,35	0,1		0,3	2
ЯБЛОКО	100	14,17	0,4	0,4	9,4	45
Итого		65,80	23,4	15,1	28,6	350
Всего		159,61	57	56,6	155,3	1369

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ

7 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200	17,00	6,6	8,7	25,3	207
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/11	13,40	4,4	9,3	14,4	160
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,96	5,3	5,7	17,6	146
Итого		44,36	16,3	23,7	57,3	513
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,80	0,1		1,6	9
Итого		0,80	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	70	4,13	1,1	10,5	8,9	135
СУП МОСКОВСКИЙ СО СМЕТНОЙ	250	18,27	5,2	8,2	19,5	175
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	37,90	13,1	6	5,4	129
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,91			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,03	3,2	0,4	20,4	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,69	2,7	0,2	17,7	84
Итого		65,93	25,3	25,3	80,4	655
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	5,06	0,1		15,9	64
Итого		5,06	0,1		15,9	64
Ужин						
ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150	59,66	26,6	17,1	23,9	362
ЧАЙ	200	0,40	0,2		0,3	2
ЯБЛОКО	100	14,17	0,4	0,4	9,4	45
Итого		74,24	27,2	17,5	33,6	409
Всего		190,38	69	66,5	188,8	1650

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.