

Утверждаю

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



МЕНЮ
18 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,02	7,4	9,1	25,2	214
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,15	2,3	7,2	15,6	137
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,56	6	6,5	18,2	157
Итого		41,73	15,7	22,8	59	508
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,61	0,1		7,3	30
Итого		2,61	0,1		7,3	30
Обед						
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. БУЛ СО СМЕТАНОЙ	200/10	14,19	2,8	6,8	18,2	147
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	6,13	5	4,4	32,6	192
ГУЛЯШ ИЗ КУР	80	26,62	0,9	3,7	5,6	61
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,52			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,27	3,6	0,5	22,9	110
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,82	2,9	0,2	19	90
Итого		53,55	15,2	15,6	106,8	634
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	0,83				
Итого		0,83				
Ужин						
РАССТЕГАЙ	160	37,61	17,9	7,4	48,6	335
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,94	0,2		0,4	3
Итого		38,54	18,1	7,4	49	338
Всего		137,27	49,1	45,8	222,1	1510

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.