

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.

МЕНЮ

13 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	16,81	7,5	9,3	24,3	213
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,21	2,3	7,3	15,7	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,87	5,4	5,9	18,7	151
Итого		48,80	20,3	27,1	59	564
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,83	0,1		1,6	9
Итого		0,83	0,1		1,6	9
Обед						
ТЫКВА (ПОРЦИЯМИ)	30	3,20	0,2		1	5
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250	23,76	6,2	8,7	19,5	183
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	6,59	5,7	4,6	36,6	211
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	29,51	14,7	9,2	2,1	167
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,88			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,09	3,3	0,4	21,1	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,75	2,8	0,2	18,3	86
Итого		68,78	32,9	23,1	106,2	784
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	11,65				
Итого		11,65				
Ужин						
ИКРА МОРКОВНАЯ	120	7,64	1,6	3,7	8,1	73
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	47,29	11,5	15	1,8	189
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	1,3	0,5	9,1	46
ЧАЙ	180	0,41	0,2		0,3	2
Итого		56,44	14,6	19,2	19,3	310
Всего		186,49	67,9	69,4	186,1	1667

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Руководитель учрежде

ГБОУ ООШ №

Голина Е

МЕНЮ

13 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	15,15	6,8	8,4	21,9	192
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,64	2,3	5,7	15,6	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,32	4,6	4,9	15,3	124
Итого		43,03	18,8	23,6	53,1	502
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,63	0,1		1,2	7
Итого		0,63	0,1		1,2	7
Обед						
ТЫКВА (ПОРЦИЯМИ)	30	3,20	0,2		1	5
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200	18,98	5,1	7	15,6	147
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	5,59	4,9	3,8	30,9	178
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	25,81	12,7	8	1,8	146
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,44			5,7	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,4	16,9	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	1,6	0,1	10,5	49
Итого		57,70	27,1	19,3	82,4	629
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,87				
Итого		10,87				
Ужин						
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	5,07	1,3	2	6,8	51
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	40,69	10,1	12,2	1,3	155
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	1,3	0,5	9,1	46
ЧАЙ	180	0,42	0,2		0,3	2
Итого		47,28	12,9	14,7	17,5	254
Всего		159,52	58,9	57,6	154,2	1392

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.