

Утверждаю

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



МЕНЮ
23 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТВОРОЖЕНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПОВИДЛОМ	130	56,51	23,4	16,2	20,4	325
БАТОН	30	1,83	2,2	0,9	15,2	77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,67	4,7	5	16,9	132
Итого		71,01	30,3	22,1	52,5	534
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,64	0,1		1,2	7
Итого		0,64	0,1		1,2	7
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	35	1,67	0,4	2,3	2,3	31
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ.	250	7,21	2,5	4,6	18,4	126
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	9,87	3,1	4,6	16,4	121
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	64,16	15,4	18,3	1,2	232
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,85			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,10	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,80	2,9	0,2	18,9	89
Итого		88,66	27,6	30,4	86,8	735
Полдник						
КЕФИР	150	11,16	4,3	3,7	6	79
Итого		11,16	4,3	3,7	6	79
Ужин						
КАША МАННАЯ	200	15,67	6,3	7,9	22,3	186
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,49	4,4	4,8	14,2	118
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,83	1,2	1,6	12,2	68
Итого		29,99	11,9	14,3	48,7	372
Всего		201,45	74,2	70,5	195,2	1727

Зав. производством (шеф-повар)

Ваша

Девяшина М.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТВОРОЖЕНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПОВИДЛОМ	130	56,51	23,4	16,2	20,4	325
БАТОН	30	1,83	2,2	0,9	15,2	77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,73	4,2	4,5	9,5	96
Итого		69,07	29,8	21,6	45,1	498
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,48	0,1		0,9	5
Итого		0,48	0,1		0,9	5
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	1,43	0,3	1,9	2	27
СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУР. БУЛ.	200	5,73	2,1	3,6	14,7	100
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	8,23	2,7	3,9	13,4	101
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	55,33	13,4	14,9	0,8	191
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,44			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,92	3	0,4	19,4	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,03	1,6	0,1	10,8	51
Итого		75,10	23,1	24,8	67,6	589
Полдник						
КЕФИР	140	10,42	4	3,5	5,6	74
Итого		10,42	4	3,5	5,6	74
Ужин						
КАША МАННАЯ	180	14,12	5,7	7,1	20,1	168
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,48	4,4	4,8	14,2	118
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,82	1,2	1,6	12,2	68
Итого		28,43	11,3	13,5	46,5	354
Итого		183,50	68,3	63,4	165,7	1520
Всего						

Зав. производством (шеф-повар) Девяшина М.А.