

Утверждаю

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



МЕНЮ
19 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 ИЗЮМОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	57,11	24,2	17,1	19,4	331
БАТОН	30	1,93	2,3	0,9	16	82
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	13,50	5,1	5,6	17,1	141
Итого		72,55	31,6	23,6	52,5	554
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,63	0,1		1,2	7
Итого		0,63	0,1		1,2	7
Обед						
СУП ХОРЧО	250	25,86	6,4	9,4	13,2	165
КАША ГОРОХОВАЯ	130	2,21	12,6	2,6	26,3	180
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	47,17	11,3	14,6	1,2	182
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	1,83			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,11	3,3	0,4	21,3	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,78	2,8	0,2	18,6	88
Итого		80,97	36,4	27,2	89	752
Полдник						
КЕФИР	150	10,92	4,2	3,7	5,8	78
Итого		10,92	4,2	3,7	5,8	78
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	12,48	10,1	6,4	52,6	309
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,54	0,1		0,2	2
АПЕЛЬСИН	80	13,58	0,6	0,1	5,6	30
Итого		26,60	10,8	6,5	58,4	341
Всего		191,66	83,1	61	206,9	1732

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

19 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 ИЗЮМОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	57,09	24,2	17,1	19,4	331
БАТОН	30	1,94	2,3	0,9	16	82
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,30	4,2	4,7	14,9	120
Итого		70,32	30,7	22,7	50,3	533
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,48	0,1		0,9	5
Итого		0,48	0,1		0,9	5
Обед						
СУП ХОРЧО	200	20,62	5,1	7,6	10,6	131
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	7,85	1,6	1,3	8,8	55
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	40,49	9,8	11,8	0,8	148
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,42			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,69	2,7	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,02	1,6	0,1	10,7	50
Итого		73,09	20,8	21,2	54,5	492
Полдник						
КЕФИР	140	10,19	4	3,4	5,5	72
Итого		10,19	4	3,4	5,5	72
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	140	10,89	9	5,5	46	270
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,45	0,1		0,1	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	11,66	0,3	0,3	7,7	37
Итого		23,00	9,4	5,8	53,8	308
Всего		177,08	65	53,1	165	1410

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.