

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ СОШ № 21  
*Голова Е.Г.*



**МЕНЮ**  
28 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ	200	17,48	6,7	9,6	20,3	196
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,42	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	15,30	4,9	10,7	14,4	174
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,37	5,4	5,9	18,2	150
Итого		56,57	22,1	30,8	53,2	583
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,88	0,1		1,6	10
Итого		0,88	0,1		1,6	10
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ И СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	3,28	0,6	3	3,5	44
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б.	250	20,20	5,1	10	14	168
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,42	3,5	2,3	24,9	135
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	47,66	11,8	13,9	6	197
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,05			6,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,86	2,9	0,4	18,8	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,54	2,5	0,2	16,1	76
Итого		80,02	29,4	29,8	92	746
<b>Полдник</b>						
РАССТЕГАЙ	160	16,06	8,8	8,3	47,8	301
КИСЕЛЬ	150	0,90				
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	14,46	0,4	0,4	9,5	46
Итого		31,42	9,2	8,7	57,3	347
Всего		168,88	57,8	69,3	204,1	1685

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девякина*

Девякина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



**МЕНЮ**  
28 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ	180	14,26	5,7	7,8	16,3	158
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,42	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	12,53	4,4	8,6	14,3	153
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,95	5	5,3	16,4	135
Итого		49,16	20,2	26,3	47,3	509
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,89	0,1		1,6	10
Итого		0,89	0,1		1,6	10
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ И СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	30	2,45	0,5	2,2	2,6	33
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	200	16,05	4,1	8,1	11,1	134
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,83	2,9	2	20,9	113
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	41,66	10,2	12,4	5,1	173
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,60			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,49	2,3	0,3	15	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,88	1,4	0,1	9,2	44
Итого		66,96	21,4	25,1	70,7	596
<b>Полдник</b>						
РАССТЕГАЙ	140	9,82	7,8	7,3	41,8	263
КИСЕЛЬ	150	0,90				
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	14,46	0,4	0,4	9,5	46
Итого		25,17	8,2	7,7	51,3	309
Всего		142,18	49,9	59,1	170,9	1424

Зав. производством (шеф-повар)

*64*

Девяшина М.А.