

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

24 января 2024 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------|---------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КУЛЕШ | 200 | 16,80 | 6,2 | 8,6 | 19,6 | 183 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ | 30/8/10 | 14,31 | 4,7 | 10 | 15,6 | 171 |
| КАКАО НА МОЛОКЕ | 200 | 13,58 | 5,2 | 5,6 | 16,1 | 137 |
| Итого | | 44,69 | 16,1 | 24,2 | 51,3 | 491 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 180 | 9,08 | 0,8 | 0,2 | 16,5 | 70 |
| Итого | | 9,08 | 0,8 | 0,2 | 16,5 | 70 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 35 | 2,09 | 0,3 | 1,1 | 2,8 | 23 |
| ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ | 250/8 | 31,29 | 7,9 | 11 | 14,7 | 190 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | 6,27 | 5,3 | 2,8 | 34 | 183 |
| ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ | 80 | 31,63 | 16,2 | 10,1 | 4 | 189 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 1,67 | | | 7,9 | 31 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 1,87 | 2,9 | 0,4 | 18,8 | 91 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 1,53 | 2,4 | 0,2 | 16 | 76 |
| Итого | | 76,35 | 35 | 25,6 | 98,2 | 783 |
| Полдник | | | | | | |
| СНЕЖОК | 150 | 11,58 | | | | |
| Итого | | 11,58 | | | | |
| Ужин | | | | | | |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ | 140 | 2,25 | 14,6 | 1 | 30,5 | 189 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 50 | 41,73 | 10,4 | 11,2 | 2,1 | 150 |
| БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,16 | 1,4 | 0,5 | 9,6 | 49 |
| ЧАЙ | 200 | 0,22 | 0,1 | | 0,2 | 1 |
| Итого | | 45,35 | 26,5 | 12,7 | 42,4 | 389 |
| Всего | | 187,05 | 78,4 | 62,7 | 208,4 | 1733 |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 января 2024 г.
Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------|---------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КУЛЕШ | 180 | 13,73 | 5,2 | 7,1 | 16 | 149 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ | 30/6/10 | 11,71 | 4,3 | 7,9 | 15,5 | 151 |
| КАКАО НА МОЛОКЕ | 180 | 11,34 | 4,4 | 4,7 | 14 | 116 |
| Итого | | 36,78 | 13,9 | 19,7 | 45,5 | 416 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 150 | 7,56 | 0,7 | 0,1 | 13,7 | 58 |
| Итого | | 7,56 | 0,7 | 0,1 | 13,7 | 58 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 30 | 1,78 | 0,3 | 1 | 2,3 | 20 |
| ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ | 200/8 | 25,59 | 6,6 | 8,3 | 12 | 150 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 5,13 | 4,8 | 2,1 | 30,7 | 160 |
| ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ | 70 | 27,70 | 14,1 | 8,8 | 3,5 | 166 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 1,29 | | | 6,1 | 24 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 1,49 | 2,4 | 0,3 | 15,1 | 73 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 0,88 | 1,4 | 0,1 | 9,2 | 43 |
| Итого | | 63,87 | 29,6 | 20,6 | 78,9 | 636 |
| Полдник | | | | | | |
| СНЕЖОК | 140 | 10,81 | | | | |
| Итого | | 10,81 | | | | |
| Ужин | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 4,72 | 6,6 | 2,5 | 29,7 | 167 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 40 | 33,34 | 8,4 | 9,1 | 1,7 | 120 |
| БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,16 | 1,4 | 0,5 | 9,6 | 49 |
| ЧАЙ | 180 | 0,17 | 0,1 | | 0,1 | 1 |
| Итого | | 39,39 | 16,5 | 12,1 | 41,1 | 337 |
| Всего | | 158,41 | 60,7 | 52,5 | 179,2 | 1447 |

Зав. производством (шеф-повар)

М.А.

Девяшина М.А.