

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.



**МЕНЮ**  
26 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>						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	4,86	3,5	4,3	22,5	143
ИКРА БАКЛАЖАНОВ	40	4,10	0,4	3	1,2	34
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	15,08	4,7	10,8	13,7	171
КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,37	6,3	6,8	18,3	162
Итого		40,42	14,9	24,9	55,7	510
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,79	0,1		7,1	29
Итого		2,79	0,1		7,1	29
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	2,69	0,5	1,1	3,5	27
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/9	13,98	4,2	5,3	16,2	129
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ	125	49,85	12,3	17,2	22,9	296
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,97			8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,04	3,2	0,4	20,6	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	2,7	0,2	17,8	84
Итого		72,23	22,9	24,2	89,3	669
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	150	9,26	3,6	3,1	5	66
Итого		9,26	3,6	3,1	5	66
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА СВЕКОЛЬНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	125	15,53	4,9	7,2	26	187
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,30	0,1		0,4	3
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,28	1,4	1,9	14,2	79
Итого		20,11	6,4	9,1	40,6	269
Всего		144,82	47,9	61,3	197,7	1543

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

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
26 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>						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	4,18	3	3,8	19,2	123
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	35	8,55	0,7	3,3	2,8	44
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	12,27	4,2	8,5	13,6	149
КАКАО С МОЛОКОМ	180	14,55	5,6	6,1	15,5	142
Итого		39,55	13,5	21,7	51,1	458
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,33	0,1		5,8	25
Итого		2,33	0,1		5,8	25
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	2,30	0,4	1	3	22
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	11,22	3,3	4,2	13,1	104
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ	105	41,76	10,3	14,3	19,4	248
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,53			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,43	2,3	0,3	14,4	69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,97	1,5	0,1	10,2	48
Итого		59,22	17,8	19,9	66,6	517
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	140	8,64	3,4	2,9	4,6	61
Итого		8,64	3,4	2,9	4,6	61
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115	15,78	4,5	6,7	22,3	168
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,99	0,1		0,4	3
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,28	1,4	1,9	14,2	79
Итого		20,05	6	8,6	36,9	250
Всего		129,78	40,8	53,1	165	1311

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