

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



МЕНЮ

11 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,53	7,9	9,2	28,2	230
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/10	14,43	4,6	10,2	15,9	175
КАКАО С МОЛОКОМ	180	14,60	5,6	6	17,9	151
Итого		47,56	18,1	25,4	62	556
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	1,87			7	29
Итого		1,87			7	29
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	2,26	0,2	1,7	2	25
СУП НА М.К.Б. С ФАСОЛЬЮ	250	20,57	4,5	3,9	20,4	137
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80	36,16	17,5	12,4	6,1	226
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,12			8,3	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,99	3,1	0,4	20	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,73	2,8	0,2	18,1	85
Итого		64,83	28,1	18,6	74,9	604
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	0,97				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,26	1,4	1,9	14,1	79
Итого		4,23	1,4	1,9	14,1	79
Ужин						
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	7,11	2,9	4,1	31,4	175
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	51,58	17,2	7,8	4,1	155
ЧАЙ	180	0,25	0,1		0,2	1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,27	1,5	0,6	10,6	54
Итого		60,22	21,7	12,5	46,3	385
Всего		178,71	69,3	58,4	204,3	1653

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.