

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.



## МЕНЮ

25 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	14,81	5,7	8	17,1	163
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	8,28	4,7	4	15	116
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,39	4,6	4,9	16,3	129
Итого		35,48	15	16,9	48,4	408
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,63	0,1		1,2	7
Итого		0,63	0,1		1,2	7
<b>Обед</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,43	0,4		2	10
СОЛЯНКА РЫБНАЯ	250	23,57	7,3	5,7	20	162
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	48,05	19,5	14,7	10,2	252
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,92			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,87	2,9	0,4	18,8	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,53	2,4	0,2	16	76
Итого		78,37	32,5	21	75,5	625
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	0,88				
Итого		0,88				
<b>Ужин</b>						
ПЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	51,19	20	14,7	22,2	210
ЧАЙ	200	0,22	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	9,55	0,3	0,3	6,3	30
Итого		60,95	23,4	15	28,7	349
Всего		176,30	71	52,9	153,8	1389

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учрежд

ГБОУ ООШ

Голина



# МЕНЮ

25 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	14,68	5,4	7,9	15,9	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	7,19	4,3	3,4	15	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,52	4,1	4,4	9,2	
Итого		32,39	13,8	15,7	40,1	
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,47	0,1		0,9	
Итого		0,47	0,1		0,9	
<b>Обед</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,23	0,3		1,7	
СОЛЯНКА РЫБНАЯ	200	18,82	5,8	4,6	15,9	
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	140	39,21	15,5	11,2	8,8	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,84			7,6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,49	2,4	0,3	15,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,88	1,4	0,1	9,2	
Итого		63,46	25,4	16,2	58,3	
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	0,87				
Итого		0,87				
<b>Ужин</b>						
ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ С МОЛОЧНОМ СОУСОМ	130	44,04	19,7	12,6	17,6	
ЧАЙ	180	0,17	0,1		0,1	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	9,55	0,3	0,3	6,3	
Итого		53,77	20,1	12,9	24	
Всего		150,97	59,4	44,8	123,3	

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А.