

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г.



МЕНЮ
25 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	14,73	6,6	8,3	21,3	187
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,21	1,8	5,5	12	105
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,72	5,3	5,8	18,6	149
Итого		35,66	13,7	19,6	51,9	441
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	1,07	0,1	0,1	2	12
Итого		1,07	0,1	0,1	2	12
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	3,67	0,4	2	3	32
СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/10	19,36	4,1	8,5	22,5	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,74	5,2	3,2	24,2	147
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	40,34	5,7	10	1,5	120
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,00			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	1,99	3,1	0,4	20,1	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,72	2,7	0,2	18	85
Итого		74,82	21,2	24,3	97,8	699
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	0,87				
Итого		0,87				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	14,24	11	7,5	50,4	312
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,29	0,1		0,4	3
ЯБЛОКО	80	10,81	0,3	0,3	7,1	34
Итого		26,34	11,4	7,8	57,9	349
Всего		138,76	46,4	51,8	209,6	1501

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
25 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	14,71	6,6	8,3	21,3	187
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,69	2,3	5,7	16,1	125
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,04	3,6	3,9	13,5	105
Итого		31,45	12,5	17,9	50,9	417
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,80	0,1		1,6	9
Итого		0,80	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	3,21	0,4	1,7	2,7	28
СУП ОВОЩНОЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200	13,41	2,9	4,8	15,1	116
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	100	4,77	4,5	2,7	20,2	122
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	25,89	0,6	3,9	0,8	41
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,63			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,77	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,98	1,6	0,1	10,3	49
Итого		53,66	12,8	13,6	73,7	469
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	0,86				
Итого		0,86				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	140	12,49	9,6	6,6	44	273
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,09	0,1		0,4	3
ЯБЛОКО	60	8,11	0,2	0,2	5,4	26
Итого		21,69	9,9	6,8	49,8	302
Всего		108,45	35,3	38,3	176	1197

Зав. производством (шеф-повар)

М.А.

Девяшина М.А.