

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е. Г.



МЕНЮ

26 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	15,62	7,1	7,2	26,5	201
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,46	2,2	7,5	15	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,07	5,1	5,6	18,3	146
Итого		38,16	14,4	20,3	59,8	484
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	9,00	0,8	0,2	16,3	70
Итого		9,00	0,8	0,2	16,3	70
Обед						
СУП РИСОВЫЙ	250	21,71	5,3	8,4	11,9	146
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	51,01	12,2	15,3	1	190
ПЮРЕ МОРКОВНО - КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	9,07	2,2	1,8	14	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,85	2,9	0,4	18,7	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,52	2,4	0,2	15,9	75
Итого		85,15	25	26,1	61,5	583
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	11,75				
Итого		11,75				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	11,62	9,8	6,3	51,7	302
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,55	0,1		0,2	2
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	9,48	0,3	0,3	6,3	30
Итого		21,65	10,2	6,6	58,2	334
Всего		165,71	50,4	53,2	195,8	1471

Зав. производством (шеф-повар)

Десятина

Десятина М. А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,08	6,5	6,6	23,8	181
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	6,81	2,2	5,9	14,9	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,64	4,4	4,7	14,9	120
Итого		32,53	13,1	17,2	53,6	423
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	7,50	0,7	0,1	13,6	58
Итого		7,50	0,7	0,1	13,6	58
Обед						
<i>луковый салат</i> СУП РИСОВЫЙ	200	17,35	4,3	6,7	9,7	116
ПЮРЕ МОРКОВНО - КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	7,57	1,9	1,5	11,6	69
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	43,83	10,6	12,3	0,7	155
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,48	2,3	0,3	14,9	72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,87	1,4	0,1	9,1	43
Итого		71,09	20,5	20,9	46	455
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,97				
Итого		10,97				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	140	10,13	8,5	5,4	45,2	264
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,39	0,1		0,1	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	9,48	0,3	0,3	6,3	30
Итого		20,00	8,9	5,7	51,6	295
Всего		142,10	43,2	43,9	164,8	1231

Зав. производством (шеф-повар)

Вас

Девяшина М.А.