

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	15,99	7	8,8	22,4	199
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,34	2,4	7,3	16,3	141
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,78	5,2	5,6	17,3	143
Итого		47,02	19,7	26,3	56,3	546
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	2,18	0,1		7	30
Итого		2,18	0,1		7	30
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	35	4,85	0,5		1,1	7
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	250	18,69	4,8	7,6	18,9	165
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	7,60	2,4	2,9	14,8	95
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	30,27	15,3	10,3	5,6	193
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,95			8,2	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,12	3,3	0,4	21,4	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,79	2,8	0,2	18,7	88
Итого		67,26	29,1	21,4	88,7	684
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	10,88				
Итого		10,88				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	2,86	0,2	2,1	2,3	31
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	80	25,87	9,9	9,2	46,3	310
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,84	0,1		1,6	9
Итого		29,57	10,2	11,3	50,2	350
Всего		156,92	59,1	59	202,2	1610

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	14,42	6,3	8,1	20,2	180
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,74	2,4	5,7	16,2	126
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,41	4,3	4,8	14,2	118
Итого		41,48	18,1	23,2	50,9	487
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,82	0,1		5,8	24
Итого		1,82	0,1		5,8	24
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	4,16	0,4		0,9	6
БОРЩ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200	14,90	3,9	6,2	15,1	132
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	6,10	2	2,4	11,9	76
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	22,67	11,6	7,6	4,1	145
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,52			6,4	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,70	2,7	0,4	17,1	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,02	1,6	0,1	10,7	50
Итого		52,07	22,2	16,7	66,2	517
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,16				
Итого		10,16				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	2,44	0,2	1,7	2	26
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	70	22,38	8,9	8,1	42,2	278
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,64	0,1		1,2	7
Итого		25,45	9,2	9,8	45,4	311
Всего		130,97	49,6	49,7	168,3	1339

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.