

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 февраля 2024 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	15,86	4,4	8,1	10,9	135
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,18	2,4	6,1	16,6	131
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,21	4,1	4,4	14,9	116
Итого		43,16	16	23,2	42,7	445
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	9,08	0,8	0,2	16,5	70
Итого		9,08	0,8	0,2	16,5	70
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	2,56	0,3	1,4	2,3	24
СУП ХОРЧО СО СМЕТАНОЙ	200	16,37	5	7,6	16,4	153
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	140	8,78	7,4	5,5	43,9	254
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,78			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,63	2,6	0,3	16,4	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,95	1,5	0,1	9,9	47
Итого		32,06	16,8	14,9	95,7	584
Полдник						
КЕФИР	140	9,91	3,8	3,3	5,3	70
Итого		9,91	3,8	3,3	5,3	70
Ужин						
КОТЛЕТЫ КАПУСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	115	12,06	4,8	6,7	12,7	131
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,50	0,1		0,2	2
ЯБЛОКО	60	4,27	0,1	0,1	2,8	14
Итого		16,84	5	6,8	15,7	147
Всего		111,05	42,4	48,4	175,9	1316

Зав. производством (шеф-повар)

Дев

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Галина Е.Г.

МЕНЮ
16 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	17,60	4,9	9	12,1	150
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	83
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,13	2,4	6,1	16,6	134
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,50	4,9	5,2	18,3	141
Итого		47,15	17,3	24,9	47,3	485
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	10,90	1	0,2	19,8	84
Итого		10,90	1	0,2	19,8	84
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	3,00	0,4	1,6	2,7	29
СУП ХОРЧО СО СМЕТАНОЙ	250	20,49	6,2	9,6	20,2	192
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	160	9,89	8,4	6,2	50,1	290
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,24			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,03	3,2	0,4	20,5	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,66	2,6	0,2	17,3	82
Итого		39,32	20,8	18	119,5	727
Полдник						
КЕФИР	150	10,61	4,1	3,6	5,7	75
Итого		10,61	4,1	3,6	5,7	75
Ужин						
КОТЛЕТЫ КАПУСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	125	13,08	5,2	7,3	13,7	143
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,59	0,1		0,3	2
АПЕЛЬСИН	80	14,01	0,6	0,1	5,8	31
Итого		27,69	5,9	7,4	19,8	176
Всего		135,67	49,1	54,1	212,1	1547

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Деяшина М.А.