

Утверждаю

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



МЕНЮ
20 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

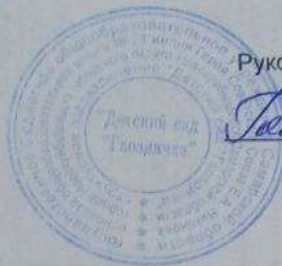
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	180	16,20	6,6	8,3	26	206
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	12,87	4,5	8,9	15,3	160
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,87	4,6	4,9	15,1	123
Итого		40,94	15,7	22,1	56,4	489
II Завтрак						
ЯБЛОКО 1/2	60	9,58	0,3	0,3	6,3	30
Итого		9,58	0,3	0,3	6,3	30
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	1,74	0,4	2,3	2,4	32
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/8	9,14	2,7	5,8	11,1	108
РАГУ ОВОЩНОЕ	120	10,47	3,5	3,5	16,6	115
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	56,56	13,9	15,2	0,6	195
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,71			6,9	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,15	3,4	0,4	21,7	104
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,15	1,8	0,1	12	57
Итого		82,90	25,7	27,3	71,3	639
Полдник						
КЕФИР	140	10,20	4	3,4	5,5	72
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,45	1,5	2	14,9	83
Итого		13,64	5,5	5,4	20,4	155
Ужин						
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	4,23	0,9	2,2	4,4	41
СУФЛЕ С МЯСОМ	110	65,12	19,2	21,1	4	284
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,51	0,1		0,2	2
БАТОН	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
Итого		71,08	21,7	23,9	18,8	379
Всего		218,15	68,9	79	173,2	1692

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
20 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ	200	18,00	7,3	9,2	28,9	228
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	15,92	5	11,3	15,4	184
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,33	5,4	5,8	18,3	150
Итого		48,25	17,7	26,3	62,6	562
II Завтрак						
ЯБЛОКО 1/2	60	9,58	0,3	0,3	6,3	30
Итого		9,58	0,3	0,3	6,3	30
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	35	2,01	0,5	2,7	2,8	37
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР. БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/9	11,51	3,4	7,3	14	136
РАГУ ОВОЩНОЕ	130	11,39	3,8	3,9	18	125
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	65,44	15,9	18,6	0,9	235
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,16			8,8	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,35	3,7	0,5	23,7	114
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,01	3,2	0,3	21	99
Итого		96,87	30,5	33,3	89,2	781
Полдник						
КЕФИР	150	10,92	4,2	3,7	5,9	78
ПРЯНИКИ	20	0,00	0,8	0,6	10,1	49
Итого		10,92	5	4,3	16	127
Ужин						
ВИНЕГРЕТ	70	10,33	2,1	3,2	10,5	82
СУФЛЕ С МЯСОМ	130	79,83	24,4	26,3	4,7	354
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,61	0,1		0,3	2
БАТОН	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
Итого		92,00	28,1	30,1	25,7	490
Всего		257,63	81,6	94,3	199,8	1990

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.