

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
31 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,10	5,9	7,8	18,1	168
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,70	2,3	5,7	15,8	124
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,42	4,3	4,6	14,6	118
Итого		41,12	17,6	22,7	48,8	473
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ЛИМОНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	1,76			5,6	24
Итого		1,76			5,6	24
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,60	0,2	1	2,1	19
ЩИ НА М.К.Б СО СМЕТАНОЙ	200/8	21,94	5,4	8,1	10,3	136
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,09	4,9	2,1	30,8	161
ОЛАДЬЯ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	26,00	13,1	8,8	3,4	160
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,51			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,66	2,6	0,3	16,7	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	1,6	0,1	10,3	49
Итого		58,79	27,8	20,4	80,2	632
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЕЦ	140	10,77				
Итого		10,77				
<b>Ужин</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	130	28,12	10	7,3	28,1	217
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,20	1,4	0,6	9,9	51
ПРЯНИК	20	2,76	0,8	0,7	10,7	52
ЧАЙ	180	0,17	0,1		0,1	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	9,33	0,3	0,3	6,2	30
Итого		41,57	12,6	8,9	55	351
Всего		154,01	58	52	189,6	1480

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А.

**МЕНЮ**  
31 января 2024 г.  
Сад 12 часов



Утверждаю  
Руководитель учреждения  
ГБОУ СОШ № 21  
Городской округ Солнечногорск  
Г. Г. Г. Г. Г.

Наименование блюда	Выход рубо	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЛИВКИ/ЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,63	6,8	6,6	20,3	187
ВТЕРЯЮЩИ С МАЛОМ	308	8,31	2,3	7,4	15,9	139
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	6,94	5,1	4,6	0,3	63
КОРЕШКИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,77	5	5,5	18	143
Итого		46,62	18,9	26,1	54,5	532
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ЛИМОННО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	2,11			6,8	28
Итого		2,11			6,8	28
<b>Обед</b>						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	36	1,87	0,2	1,2	2,5	22
ЦУП НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250,8	27,12	6,8	10,8	12,5	175
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	6,27	5,3	2,8	34,2	184
ОПАРЯ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	80	29,70	15	10	3,9	183
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СОУФОРТОВ	200	1,94			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,07	3,3	0,4	20,9	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,72	2,7	0,2	18	95
Итого		70,69	33,1	25,4	100,5	794
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЦ	130	11,54				
Итого		11,54				
<b>Ужин</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАСОЛЫЧАТАЯ С ОВОЩАМИ И МЯСОМ	150	32,46	11,6	8,3	32,3	251
БАТОН НАРЕЗКИ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,19	1,4	0,6		51
ПРЯНИК	20	2,76	0,8	0,7	10,7	57
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
ЛЕПЕШКО СВЕЖИЕ	80	9,33	0,3	0,3	6,2	30
Итого		45,95	14,2	9,9	59,3	385
Всего		178,91	68,2	61,4	221,1	1729

Зав. производством (шеф-повар)

*[Handwritten signature]*

Давышнина М.А.