

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

13 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	35	6,79	0,6	2,6	2,2	34
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,88	4,6	4,7	28,9	177
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	8,07	4,7	3,9	15,7	117
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,13	5,3	5,7	18,6	150
Итого		34,86	15,2	16,9	65,4	478
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,95	0,1	0,1	1,8	11
Итого		0,95	0,1	0,1	1,8	11
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,79	0,5		2,4	12
РАССОЛЬНИК НА КУР. Б СО СМЕТАНОЙ	250/9	8,69	1,5	4,2	9,4	83
СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	150	35,11	8,8	12,5	5,8	172
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,13			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,13	3,4	0,4	21,5	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	2,7	0,2	17,8	84
Итого		51,55	16,9	17,3	65,4	488
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	11,69				
ПЕЧЕНЬЕ	25	2,30	1	1,3	9,9	56
Итого		13,99	1	1,3	9,9	56
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	150	62,31	26,1	19,6	23,3	377
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	9,70	3,8	4,1	6,2	78
ЯБЛОКО	90	7,37	0,2	0,2	4,9	23
Итого		79,38	30,1	23,9	34,4	478
Всего		180,73	63,3	59,5	176,9	1511

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.