

Утверждаю



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

МЕНЮ
2 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	15,48	6,7	9,7	3,3	129
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	5,52	0,5	2,1	1,8	28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,40	2,2	5,4	15	118
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	8,96	3,3	3,5	12	94
Итого		36,35	12,7	20,7	32,1	369
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	2,15			6,4	27
Итого		2,15			6,4	27
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	3,00	0,4	1,4	0,7	18
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	30,13	7,4	9,2	18,2	186
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	6,11	2	2,4	12	77
ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО	70	58,64	15,5	16,9	1,6	221
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,47			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,76	2,8	0,4	17,7	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	1,6	0,1	10,6	50
Итого		102,11	29,7	30,4	67,3	663
Полдник						
КЕФИР	140	12,28	4,8	4,1	6,6	87
Итого		12,28	4,8	4,1	6,6	87
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	38,46	20,8	12,1	45,1	373
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,63	5,2	5,6	16,2	138
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	5,98	0,2	0,2	3,9	19
Итого		58,07	26,2	17,9	65,2	530
Всего		210,96	73,4	73,1	177,6	1676

Зав. производством (шеф-повар) *М.А.* Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
2 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	21,17	9,6	13	3,9	173
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	5,52	0,5	2,1	1,8	28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,93	2,2	7	15,1	132
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,18	4,9	5,2	16,4	134
Итого		47,80	17,2	27,3	37,2	467
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	2,58	0,1	0,1	7,8	32
Итого		2,58	0,1	0,1	7,8	32
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	3,48	0,5	1,6	0,9	21
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/9	37,75	9,2	11,3	23	233
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	7,52	2,4	2,8	15,1	95
ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО	80	67,23	18	19,3	1,8	254
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,88			8,2	33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,20	3,5	0,5	22,2	107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,77	2,8	0,2	18,5	88
Итого		121,84	36,4	35,7	89,7	831
Полдник						
КЕФИР	150	13,16	5,1	4,4	7	93
Итого		13,16	5,1	4,4	7	93
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	44,00	23,7	13,6	51,5	427
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,40	5,8	6,3	19,2	159
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	6,97	0,2	0,2	4,6	22
Итого		66,37	29,7	20,1	75,3	608
Всего		251,75	88,5	87,6	217	2031

Зав. производством (шеф-повар)

Голина Е.Г.

Девяшина М.А.