

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21
Галина Е.Г.

МЕНЮ
9 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 ШОКОЛАДНАЯ	200	16,26	7,4	7,9	27,9	212
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,92	2,3	6,9	16,2	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,74	5	5,4	18,1	142
Итого		46,84	19,8	24,8	62,5	554
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	9,68	0,9	0,2	17,6	75
Итого		9,68	0,9	0,2	17,6	75
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	31,32	8,2	10,9	14,1	189
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	7,92	2,5	1,6	14,7	82
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	56,15	13,7	16,7	1,9	214
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,98			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,00	3,1	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,55	2,5	0,2	16,2	76
Итого		100,91	30	29,8	75,6	692
Полдник						
КЕФИР	150	12,31	4,8	4,1	6,6	87
Итого		12,31	4,8	4,1	6,6	87
Ужин						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	1,58	0,6	1,3	2,8	26
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	160	9,35	8,3	5,9	50,3	288
ЧАЙ	200	0,26	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	100	9,66	0,3	0,3	6,4	31
Итого		20,85	9,3	7,5	59,7	345
Всего		190,59	64,8	66,4	222	1753

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голына Е. Г.

МЕНЮ
9 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 ШОКОЛАДНАЯ	180	14,66	6,5	7,1	25,1	191
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	6,38	2,3	5,4	16,1	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,35	4,2	4,6	14,6	117
Итого		41,31	18,1	21,7	56,1	494
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	8,07	0,7	0,1	14,6	62
Итого		8,07	0,7	0,1	14,6	62
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	25,12	6,7	8,8	11,3	151
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	10,37	2,2	1,4	12,2	72
БИТЧОККИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	48,39	12	13,5	1,3	175
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,53			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,60	2,5	0,3	16,1	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,88	1,4	0,1	9,2	44
Итого		87,90	24,8	24,1	56,7	547
Полдник						
КЕФИР	140	11,49	4,5	3,8	6,2	82
Итого		11,49	4,5	3,8	6,2	82
Ужин						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	1,35	0,5	1,1	2,4	21
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	140	8,23	7,4	5,2	44,1	252
ЧАЙ	180	0,29	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	80	7,72	0,2	0,2	5,1	25
Итого		17,59	8,2	6,5	51,8	299
Всего		166,35	56,3	56,2	185,4	1484

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