

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 марта 2024 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	3,37	0,3	1,3	1,1	17
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	15,51	6,7	9,9	3,4	131
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,49	2,1	5,6	14,4	117
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,07	4,8	5,1	15,5	129
Итого		38,44	13,9	21,9	34,4	394
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,81	0,1		5,1	22
Итого		1,81	0,1		5,1	22
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	3,53	0,4		0,8	5
БОРЩ НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ	200	25,09	6,2	7,9	15,5	159
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	6,56	2,1	2,4	12,8	80
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	25,55	13,2	6,5	3,6	141
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,81			6,2	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,55	2,4	0,3	15,6	75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,4	0,1	9,5	45
Итого		64,99	25,7	17,2	64	530
Полдник						
КЕФИР	140	10,69	3,9	3,3	5,3	71
Итого		10,69	3,9	3,3	5,3	71
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ИЗЮМА	30	1,60	0,3	1,5	2,7	25
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	70	22,91	8,8	7,8	41,4	271
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,73	0,1		1,4	8
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	5,22	0,2	0,2	4,5	22
Итого		30,47	9,4	9,5	50	326
Всего		146,41	53	51,9	158,8	1343

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 марта 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	3,92	0,3	1,5	1,3	20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	18,34	7,8	11,7	4	155
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,05	2,1	7,2	14,5	131
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	15,86	5,8	6,2	19	157
Итого		46,18	16	26,6	38,8	463
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	2,18	0,1		6	26
Итого		2,18	0,1		6	26
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	35	4,11	0,4		0,9	6
БОРЩ НА КУР.Б СО СМЕТАНОЙ	250	30,95	7,8	9,8	17,9	192
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	8,14	2,6	2,8	16	100
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	33,68	17,4	8,3	4,6	184
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,02			7,1	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,94	3,1	0,4	19,6	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,59	2,5	0,2	16,6	78
Итого		82,42	33,8	21,5	82,7	682
Полдник						
КЕФИР	150	11,45	4,1	3,6	5,7	76
Итого		11,45	4,1	3,6	5,7	76
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ИЗЮМА	35	1,87	0,4	1,7	3	29
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	80	26,48	9,8	9	45,6	303
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,86	0,1		1,6	10
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	140	6,09	0,2	0,2	5,2	25
Итого		35,30	10,5	10,9	55,4	367
Всего		177,53	64,5	62,6	188,6	1614

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.