

Утверждаю

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



МЕНЮ
19 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	64,76	27,2	18,1	21,7	364
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,01	2,4	8	16,6	148
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,73	5,2	5,6	17,8	145
Итого		87,50	34,8	31,7	56,1	657
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	13,18	1	0,2	19	81
Итого		13,18	1	0,2	19	81
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	4,74	0,7	3	5	51
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/8	18,67	4,5	8,4	12,8	147
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	120	33,95	16,8	7,7	15,1	217
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,09			8,7	35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,00	3,2	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,68	2,7	0,2	17,6	83
Итого		63,14	27,9	19,7	79,4	630
Полдник						
КЕФИР	150	11,43	4,1	3,6	5,7	76
Итого		11,43	4,1	3,6	5,7	76
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	14,28	10,6	8,3	49,9	316
ЧАЙ	200	0,23	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	5,96	0,2	0,2	5,1	25
Итого		20,46	10,9	8,5	55,2	342
Всего		195,72	78,7	63,7	215,4	1786

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
19 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110	54,76	22,9	15,5	18,4	308
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,24	2,4	6,2	16,6	132
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,35	4,3	4,7	14,6	119
Итого		73,35	29,6	26,4	49,6	559
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	10,99	0,8	0,2	15,8	67
Итого		10,99	0,8	0,2	15,8	67
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	4,60	0,7	2	5	42
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.С. СО СМЕТАНОЙ	200/8	15,41	3,7	7,3	10,5	124
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	100	28,75	14,1	7	12,7	187
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,78			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,83	2,9	0,4	18,5	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,96	1,5	0,1	10,1	48
Итого		53,32	22,9	16,8	63,6	517
Полдник						
КЕФИР	140	10,67	3,9	3,3	5,3	71
Итого		10,67	3,9	3,3	5,3	71
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	140	13,27	9,7	8	44,8	290
ЧАЙ	180	0,23	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	7,45	0,3	0,3	6,4	31
Итого		20,96	10,1	8,3	51,4	322
Всего		169,28	67,3	55	185,7	1536

Зав. производством (шеф-повар)

Клиф

Девяшина М.А.