

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Головина* /Головина Е.Г./

## МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,29	6	7,1	22	176
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	7,14	4,1	3,5	14	104
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,21	4,7	5	15,9	129
Итого		42,54	19,9	20,2	52,2	472
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	70	8,70	0,3	0,3	7,5	36
Итого		8,70	0,3	0,3	7,5	36
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	80	5,00	1,3	11,9	9,8	152
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	200	15,13	3,8	7,3	9,9	120
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	34,12	11,7	5,1	6,7	118
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,25			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,73	2,7	0,4	17,5	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,04	1,6	0,1	10,8	51
Итого		59,27	21,1	24,8	62,4	556
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,02				
Итого		1,02				
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120	12,89	3,7	5,4	18,8	138
ПРЯНИК	20	0,00	1	0,8	12,4	61
ЧАЙ	180	0,38	0,1		0,3	2
Итого		13,27	4,8	6,2	31,5	201
Всего		124,80	46,1	51,5	153,6	1265

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю



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

## МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	15,85	6,7	7,7	24,3	195
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	8,26	4,5	4	14	111
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,56	5,1	5,5	17,7	143
Итого		46,57	21,4	21,8	56,3	512
<b>II Завтрак</b>						
АПЕЛЬСИН	80	7,57	0,4	0,1	3,3	18
Итого		7,57	0,4	0,1	3,3	18
<b>Обед</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	100	6,26	1,6	14,9	12,2	190
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б	250	18,78	4,9	8,9	12,5	150
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	45,32	15,5	6,7	8,7	156
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,40			9,5	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,17	3,4	0,5	21,9	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,81	2,9	0,2	19	90
Итого		76,74	28,3	31,2	83,8	729
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,22				
Итого		1,22				
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140	15,05	4,5	6,2	21,9	161
ПРЯНИК	20	0,00	1	0,8	12,4	61
ЧАЙ	200	0,43	0,2		0,4	2
Итого		15,49	5,7	7	34,7	224
Всего		147,60	55,8	60,1	178,1	1483

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.