

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
20 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>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,20	5	7	16,1	148
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/10	11,87	4,2	7,9	14,7	148
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,54	3,9	4,2	14,1	110
Итого		35,61	13,1	19,1	44,9	406
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,80	0,1		4	17
Итого		1,80	0,1		4	17
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	2,78	0,3	2,5	2,7	35
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	24,39	5,9	9,1	14,9	167
БЫЧИЙ ГЛАЗ	60	39,45	11	13,7	1,2	173
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,69	4,9	2,9	22,4	136
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,97			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,63	2,6	0,3	16,5	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,96	1,5	0,1	10	47
Итого		75,87	26,2	28,6	75,3	667
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	0,84				
Итого		0,84				
<b>Ужин</b>						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	40	38,04	9,7	8,4	0,7	116
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	9,02	2,9	2,8	19,6	116
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,69	0,1		1,4	8
Итого		48,98	14,2	11,8	31,8	292
Всего		163,10	53,6	59,5	156	1382

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
*Голыгина Е.Г.* /Голыгина Е.Г./



**МЕНЮ**  
20 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>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	14,72	5,7	7,6	18,5	167
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/10	14,56	4,7	10	14,8	168
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,81	4,6	4,9	17,5	134
Итого		42,09	15	22,5	50,8	469
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	2,11	0,1		4	18
Итого		2,11	0,1		4	18
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	2,78	0,3	2,5	2,7	35
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	29,17	7,1	11,1	16,4	195
БЫЧИЙ ГЛАЗ	80	50,40	13,6	17	1,2	213
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,46	5,5	3,5	24,9	153
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,04			8,4	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,04	3,2	0,4	20,6	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,67	2,7	0,2	17,5	82
Итого		93,57	32,4	34,7	91,7	811
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,18				
Итого		1,18				
<b>Ужин</b>						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	45	41,13	10,5	9	0,7	125
ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ	130	2,25	14,5	1	30,3	188
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,22	1,5	0,6	10,1	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,92	0,1	0,1	1,7	10
Итого		45,52	26,6	10,7	42,8	375
Всего		184,47	74,1	67,9	189,3	1673

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А.*

Девяшина М.А.