

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

12 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	12,26	4,8	6,7	14,3	137
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	6,36	3,7	3	13,1	95
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,23	4,3	4,7	13,7	115
Итого		38,76	17,9	19	41,4	410
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100	5,93	0,2	0,2	5,1	25
Итого		5,93	0,2	0,2	5,1	25
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,96	0,2		1,3	7
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ	200/8	12,40	3,4	4,9	11	102
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	61,46	16,2	15,4	9,7	242
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,82			6,3	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,38	2,2	0,3	13,9	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,91	1,4	0,1	9,5	45
Итого		78,92	23,4	20,7	51,7	488
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	140	10,65				
Итого		10,65				
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	130	60,79	25,5	16,2	20,5	333
ЧАЙ	180	0,19	0,1		0,2	1
Итого		60,98	25,6	16,2	20,7	334
Всего		195,25	67,1	56,1	118,9	1257

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

Галина Е.Г. (Галина Е.Г.)

МЕНЮ

12 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	13,59	5,4	7,4	15,8	152
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	7,33	4,1	3,5	13,1	101
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,08	4,6	5	15,8	128
Итого		41,92	19,2	20,5	45	444
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100	5,93	0,2	0,2	5,1	25
Итого		5,93	0,2	0,2	5,1	25
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,12	0,3		1,5	8
РАССОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/9	17,17	4,3	7,5	14	141
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	71,11	18,6	18	10,7	281
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,02			7,2	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,97	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,59	2,5	0,2	16,6	78
Итого		94,97	28,8	26,1	69,9	633
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	150	11,41				
Итого		11,41				
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	150	70,71	29,6	19	24,1	392
ЧАЙ	200	0,22	0,1		0,2	1
Итого		70,93	29,7	19	24,3	393
Всего		225,16	77,9	65,8	144,3	1495

Зав. производством (шеф-повар)

Мель

Девяшина М.А.