

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./



# МЕНЮ

28 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	14,97	4,1	8,2	10,3	132
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	7,54	4,4	3,6	14,7	110
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,11	4,3	4,6	14	116
Итого		42,52	17,9	21	39,3	421
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	1,17			3,9	16
Итого		1,17			3,9	16
<b>Обед</b>						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	17,22	4,6	8,9	14,6	159
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	10,42	3,1	3,5	21,8	132
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	33,62	11	7	2	115
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,93			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,60	2,5	0,3	16,2	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	2,4	0,2	15,7	74
Итого		66,29	23,6	19,9	77,8	588
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,35				
Итого		1,35				
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	105	13,56	4	7,6	17	153
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,15	1,4	1,8	13,6	76
ЧАЙ	180	0,39	0,2		0,3	2
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	8,00	0,3	0,3	6,9	33
Итого		25,10	5,9	9,7	37,8	264
Всего		136,43	47,4	50,6	158,8	1289

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Шимова* /Голина Е.Г./

# МЕНЮ

28 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	16,66	4,5	9	11,4	147
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	8,72	4,9	4,2	14,7	117
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	13,46	5,3	5,5	17,2	141
Итого		47,75	19,8	23,3	43,6	468
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	1,39	0,1		4,7	19
Итого		1,39	0,1		4,7	19
<b>Обед</b>						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/8	21,03	5,4	11,2	18,1	195
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	11,14	3,4	3,8	23,2	141
РЫБА ПОРЦИОННО ПОД ОВОЩАМИ	80	38,24	13	0,7	1,4	65
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,93			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,00	3,2	0,4	20,2	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,50	2,4	0,2	15,7	74
Итого		75,85	27,4	16,3	86,1	602
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,62				
Итого		1,62				
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115	14,90	4,2	8,3	18,9	168
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,15	1,4	1,8	13,6	76
ЧАЙ	200	0,46	0,2		0,4	2
АПЕЛЬСИН	70	9,69	0,5	0,1	4,3	23
Итого		28,19	6,3	10,2	37,2	269
Всего		154,80	53,6	49,8	171,6	1358

Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина*

Девяшина М.А.