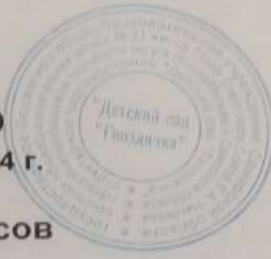


Утверждаю

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



МЕНЮ
29 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,95	6,2	7,5	21,8	181
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	7,50	2,6	6,4	17,9	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,71	5,1	5,3	17,3	138
Итого		36,16	13,9	19,2	57	459
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,32	0,1		4,3	18
Итого		2,32	0,1		4,3	18
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	70	1,98	0,4	2	2,3	28
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	17,03	3,8	7,6	6,9	113
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	120	5,96	2,9	2	30,6	153
БЫЧИЙ ГЛАЗ	70	51,92	14,5	16,2	1,4	211
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,00			6	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,75	2,8	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,06	1,7	0,1	11,1	52
Итого		81,68	26,1	28,3	75,9	666
Полдник						
СНЕЖОК	140	9,64				
Итого		9,64				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	70	4,52	0,5	3,3	4,1	50
ВАТРУШКА	120	23,68	14,2	8,6	40,5	298
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,86	0,1		1,6	10
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	5,48	0,2	0,2	4,7	23
Итого		34,53	15	12,1	50,9	381
Всего		164,33	55,1	59,6	188,1	1524

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
29 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,58	6,9	8,2	24,3	201
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,27	2,6	8,2	17,9	156
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,66	5,1	5,3	16,6	135
Итого		39,51	14,6	21,7	58,8	492
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	2,32	0,1		4,3	18
Итого		2,32	0,1		4,3	18
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	70	2,04	0,4	2,5	2,3	33
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	20,54	4,6	9,4	7,8	134
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	6,62	3,4	2,4	35,1	176
БЫЧИЙ ГЛАЗ	90	64,71	17,6	19,9	1,5	257
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,06			6,9	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,18	3,4	0,5	22	106
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,85	2,9	0,2	19,3	91
Итого		100,01	32,3	34,9	94,9	824
Полдник						
СНЕЖОК	150	10,33				
Итого		10,33				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	70	4,52	0,5	3,3	4,1	50
ВАТРУШКА	140	27,36	16	10,3	44,9	338
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,07	0,1	0,1	2	12
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	3,91	0,1	0,1	3,4	16
Итого		36,86	16,7	13,8	54,4	416
Всего		189,03	63,7	70,4	212,4	1750

Зав. производством (шеф-повар)

Deaf

Девяшина М.А.