

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	5,02	0,4	1,9	1,6	25
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	4,29	3,9	1,8	24,8	131
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	5,90	2,3	4,9	15,9	118
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,78	5,3	5,7	19,4	152
Итого		29,98	11,9	14,3	61,7	426
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,92	0,1	0,1	1,7	10
Итого		0,92	0,1	0,1	1,7	10
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	1,86	0,3	2	1,4	25
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	18,11	3,9	7	6,4	104
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	160	46,47	13,1	12,2	32	290
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,97			8,1	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,82	2,9	0,4	18,4	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	1,8	0,1	11,5	55
Итого		71,34	22	21,7	77,8	595
Полдник						
КЕФИР	140	10,32	3,7	3,2	5,1	68
Итого		10,32	3,7	3,2	5,1	68
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/10	52,71	22,5	14,2	21,1	306
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	11,10	4,2	4,5	12,9	109
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	6,78	0,2	0,2	5,8	28
Итого		70,60	26,9	18,9	39,8	443
Всего		183,16	64,6	58,2	186,1	1542

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.