

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	17,76	7,4	11,9	4,5	157
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ	40	0,00	0,3	2,5	1	28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	6,74	2,3	5,8	15,4	123
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,58	4,3	4,7	14,5	118
Итого		36,07	14,3	24,9	35,4	426
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,53	0,1		3,2	14
Итого		1,53	0,1		3,2	14
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,62	2,9	1,7	6,7	58
СУП ПОЛЕВОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	19,72	5,8	7,3	23,4	183
КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ ПЮРЕ	100	5,30	1,3	1,8	9,3	59
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	33,21	8,2	10,6	1,1	133
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,68	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,96	1,5	0,1	10	47
Итого		61,49	22,3	21,9	67,5	562
Полдник						
КЕФИР	140	10,41	4	3,5	5,5	73
Итого		10,41	4	3,5	5,5	73
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,13	0,3		1,5	8
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	140	11,48	9,1	5,4	45,2	267
ЧАЙ	180	0,43	0,2		0,3	2
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	7,54	0,3	0,3	6,5	31
Итого		20,57	9,9	5,7	53,5	308
Всего		130,07	50,6	56	165,1	1383

Зав. производством (шеф-повар)

Devjashina M.A.

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голина /Голина Е.Г./

МЕНЮ

24 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	19,29	7,9	13,2	5,2	173
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ	40	0,77	0,3	2,5	1	28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,34	2,3	7,4	15,5	138
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,99	5,1	5,6	18	144
Итого		42,39	15,6	26,7	39,7	483
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	1,83	0,1		3,8	17
Итого		1,83	0,1		3,8	17
Обед						
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	33,20	8,2	10,6	1,1	133
СУП ПОЛЕВОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	24,67	7,2	9,1	29	229
КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ ПЮРЕ	130	6,79	1,7	2,1	12	76
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	44,28	11	14	1,4	177
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,10	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,68	2,7	0,2	17,6	83
Итого		112,72	34,1	36,4	82,3	800
Полдник						
КЕФИР	150	11,08	4,3	3,7	5,9	79
Итого		11,08	4,3	3,7	5,9	79
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,13	0,3		1,5	8
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	13,10	10,5	6,1	51,6	306
ЧАЙ	200	0,41	0,2		0,3	2
АПЕЛЬСИН	60	13,41	0,6	0,1	5,4	29
Итого		28,05	11,6	6,2	58,8	345
Всего		196,07	65,7	75	190,5	1724

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.