

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	6,59	3,5	4,2	22,5	142
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	16,71	4,5	10,8	15,4	177
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,44	5,3	5,8	18,4	147
Итого		37,75	13,3	20,8	56,3	466
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,77	0,1		1,5	9
Итого		0,77	0,1		1,5	9
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	2,54	0,3	2	2,3	29
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	27,73	7,1	9,7	15,7	180
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	180	50,00	14	13,8	33,9	317
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,16			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,99	3,1	0,4	20,1	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,66	2,6	0,2	17,3	82
Итого		86,08	27,1	26,1	96,8	735
Полдник						
КЕФИР	150	10,38	4	3,5	5,6	74
Итого		10,38	4	3,5	5,6	74
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130/10	55,52	22,5	16,7	23	336
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,99	0,2		0,4	3
Итого		56,51	22,7	16,7	23,4	339
Всего		191,49	67,2	66,9	183,6	1623

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина М.А.
Девячина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е. Г.

МЕНЮ
23 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	5,64	3	3,6	19,2	121
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	13,50	4,1	8,5	15,4	155
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,46	5,3	5,6	18,4	147
Итого		33,60	12,4	17,7	53	423
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,65	0,1		1,3	7
Итого		0,65	0,1		1,3	7
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	2,53	0,3	2	2,3	29
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	22,51	5,7	7,8	13,3	147
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	160	44,41	12,4	12	30,4	279
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,80			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,59	2,5	0,3	16,1	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,95	1,5	0,1	9,9	47
Итого		73,80	22,4	22,2	78,6	605
Полдник						
КЕФИР	140	9,68	3,8	3,2	5,2	69
Итого		9,68	3,8	3,2	5,2	69
Ужин						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	110/10	46,12	18,8	13,2	20	278
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,00	0,2		0,4	3
Итого		47,11	19	13,2	20,4	281
Всего		164,85	57,7	56,3	158,5	1385

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.