

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

22 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,83	5,5	6,9	16,9	152
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	5,78	2,3	4,8	15,4	114
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,58	4,4	4,7	15	120
Итого		40,10	17,3	21	47,6	449
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,54	0,1		3,3	15
Итого		1,54	0,1		3,3	15
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,43	0,5	1,9	2,9	32
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	22,81	5,8	7,8	17,4	164
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,84	2,8	2,8	18,3	111
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	50	19,34	10	6,1	4	123
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,11			7,8	31
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		52,17	23,2	19,1	77,4	590
Полдник						
КЕФИР	150	9,90	3,8	3,3	5,3	70
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	14,9	83
Итого		9,90	5,3	5,3	20,2	153
Ужин						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	40	35,49	9	10,3	3,8	145
ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ	120	1,20	7,6	0,5	15,8	99
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,25	0,3	0,1	4,3	25
Итого		40,18	18,4	11,5	34,2	321
Всего		143,88	64,3	56,9	182,7	1528

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	15,42	6,1	7,5	19,3	171
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,09	2,3	6,2	15,5	126
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,01	5,1	5,6	18,3	145
Итого		45,43	18,6	23,9	53,4	505
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	1,84	0,1		4	17
Итого		1,84	0,1		4	17
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,43	0,5	1,9	2,9	32
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	27,70	7,1	9,7	19,4	194
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,65	3,3	3,4	21,3	130
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	70	27,06	14,2	8,5	5,7	171
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,38			7,8	31
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		67,01	31,1	24,1	95,9	743
Полдник						
КЕФИР	180	11,87	4,6	4	6,4	84
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	14,9	83
Итого		11,87	6,1	6	21,3	167
Ужин						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	50	44,37	11,2	12,9	4,9	181
ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ	130	1,30	8,2	0,6	17,2	107
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,24	0,3	0,1	4,3	25
Итого		49,15	21,2	14,2	36,7	365
Всего		175,31	77,1	68,2	211,3	1797

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А.