



Утверждаю

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

МЕНЮ

29 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,37	6,4	8	20,7	181
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,42	2,3	5,5	15,4	120
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,37	4	4,3	13,3	108
Итого		40,07	17,8	22,4	49,7	472
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	3,07	0,5		8,1	35
Итого		3,07	0,5		8,1	35
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ <i>Лукочка</i>	40	2,55	0,5	1	4,6	30
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	25,61	6,6	8,4	16	166
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	100	25,04	13,4	6	17,7	193
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,31			6,6	26
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		58,14	24,6	15,9	71,9	544
Полдник						
КЕФИР	140	11,41	4,1	3,6	5,7	75
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	14,9	83
Итого		11,41	5,6	5,6	20,6	158
Ужин						
<i>сморчков-свиного</i> САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	2,56	0,4	1,9	4,4	37
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	41,50	15,2	12,4	39,2	330
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,07	0,2		0,5	3
Итого		46,38	17,3	14,9	54,4	422
Всего		159,07	65,8	58,8	204,7	1631

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.



Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голдина Е.Г. Голдина Е.Г./

МЕНЮ

29 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	15,94	7,1	8,8	23	201
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,92	4	9,2	15,5	162
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,45	4,8	5,1	15,9	130
Итого		45,22	21	27,7	54,7	556
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	3,67	0,5		9,7	41
Итого		3,67	0,5		9,7	41
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ <i>любимый</i>	40	2,55	0,5	1	4,6	30
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	30,67	7,7	10,3	16,8	192
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	130	32,57	17,7	7,8	23	252
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,64			7,6	30
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		72,21	31,9	19,7	90,8	689
Полдник						
КЕФИР	150	12,22	4,4	3,8	6,1	81
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	14,9	83
Итого		12,22	5,9	5,8	21	164
Ужин						
<i>морковь-любимого</i> САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	2,56	0,4	1,9	4,4	37
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	42,03	15,2	13,1	39,3	337
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,08	0,2		0,5	3
Итого		46,91	17,3	15,6	54,5	429
Всего		180,24	76,6	68,8	230,7	1879

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.