

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

## МЕНЮ

20 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	16,62	6,8	9,5	22,5	204
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,16	2,3	6,2	15,7	128
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,51	4,9	5,2	15,4	129
Итого		36,29	14	20,9	53,6	461
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	150	1,87	0,1		3,4	15
Итого		1,87	0,1		3,4	15
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	5,07	1,3	2,2	8,3	59
УХА	200	20,57	7	4,5	20,7	152
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	3,48	3,1	4,2	21,7	138
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	26,39	9,1	5,3	1,6	91
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,93			6,9	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,77	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,06	1,7	0,1	11	52
Итого		60,27	25	16,7	88,1	606
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,71				
Итого		1,71				
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ СВЕКОЛЬНЫЙ С ПОВИДЛОМ	110	11,74	4	5	29,1	176
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	1,6	0,6	10,8	55
ЧАЙ	180	0,49	0,2		0,4	2
ПРЯНИКИ	20	0,00	1,1	0,9	14,3	70
Итого		13,53	6,9	6,5	54,6	303
Всего		113,67	46	44,1	199,7	1385

Зав. производством (шеф-повар)

Дремова С.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

\_\_\_\_\_/Голина Е.Г./

## МЕНЮ

20 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	18,42	7,4	10,7	24,9	226
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,91	2,3	8	15,7	144
КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,14	5,8	6,2	18,9	157
Итого		42,48	15,5	24,9	59,5	527
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ	180	2,27	0,1		4,2	18
Итого		2,27	0,1		4,2	18
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	5,07	1,3	2,2	8,3	59
УХА	250	25,87	8,4	5,6	24,4	184
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	3,49	3,1	4,2	21,7	138
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	30,18	10,3	6,1	1,8	104
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,31			7,9	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,21	3,5	0,5	22,3	108
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,85	2,9	0,2	19,3	91
Итого		70,97	29,5	18,8	105,7	716
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,71				
Итого		1,71				
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ СВЕКОЛЬНЫЙ С ПОВИДЛОМ	130	13,87	4,7	5,9	34,4	209
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	1,6	0,6	10,8	55
ЧАЙ	200	0,48	0,2		0,4	2
ПРЯНИКИ	20	0,00	1,1	0,9	14,3	70
Итого		15,66	7,6	7,4	59,9	336
Всего		133,09	52,7	51,1	229,3	1597

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Дремова С.А.