

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./

**МЕНЮ**  
22 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,00	0,3	1,2	1,1	16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,35	5,2	4,6	33,4	197
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,85	2,1	7	14,5	129
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,74	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,79	4,5	4,9	14,9	122
Итого		35,73	17,2	22,3	64,2	527
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,52	0,3	0,1	4,8	28
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	6,37	0,2	0,2	5	24
Итого		8,89	0,5	0,3	9,8	52
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЫНЫМ ГОРОШКОМ	30	2,23	0,6	1,6	1,2	23
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	8,61	2	6,4	9,3	104
КУРНИК	140	8,97	7,1	5,3	45,4	258
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,55			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,56	2,5	0,3	15,7	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,87	1,4	0,1	9,1	43
Итого		24,80	13,6	13,7	87,5	531
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	1,28				
ПРЯНИКИ	20	0,00	1	0,8	13,1	64
Итого		1,28	1	0,8	13,1	64
<b>Ужин</b>						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)	30	0,99	0,4		2,3	11
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ И ПОВИДЛОМ	110/10	56,28	22,7	16	20,8	323
ЧАЙ	180	0,61	0,2		0,5	3
Итого		57,89	23,3	16	23,6	337
Всего		128,58	55,6	53,1	198,2	1511

Зав. производством (шеф-повар)

*Деяшина М.А.*

Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21

*Голкина Е. Г.*



**МЕНЮ**  
22 июля 2024 г.  
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,00	0,3	1,2	1,1	16
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	6,35	5,2	4,6	33,4	197
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,90	2,1	9	14,5	148
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,74	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	14,27	5,4	5,9	18,1	149
Итого		40,26	18,1	25,3	67,4	573
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,02	0,4	0,2	5,7	34
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	6,37	0,2	0,2	5	24
Итого		9,39	0,6	0,4	10,7	58
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЫНЫМ ГОРОШКОМ	30	2,23	0,6	1,6	1,2	23
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,84	2,1	7,9	9,9	120
КУРНИК	160	10,20	7,8	6,5	50,5	292
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,94			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,94	3,1	0,4	19,6	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,53	2,4	0,2	16	76
Итого		28,68	16	16,6	105	636
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	1,54				
ПРЯНИКИ	20	0,00	1	0,8	13,1	64
Итого		1,54	1	0,8	13,1	64
<b>Ужин</b>						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)	30	0,99	0,4		2,3	11
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ И ПОВИДЛОМ	130/10	66,57	27	18,8	24,6	382
ЧАЙ	200	0,59	0,2		0,5	3
Итого		68,14	27,6	18,8	27,4	396
Всего		148,00	63,3	61,9	223,6	1727

Зав. производством (шеф-повар)

*Девяшина М.А.*

Девяшина М.А.