

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голкина Е.Г.* /Голкина Е.Г./



**МЕНЮ**  
17 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>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,65	7	8,2	24,5	201
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,02	2,2	7,1	15,3	134
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,80	5,3	5,7	19,3	151
Итого		48,39	19,6	25,6	59,4	549
<b>II Завтрак</b>						
АПЕЛЬСИН	60	0,00	0,5	0,1	4,5	24
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,53	0,2	0,1	2,9	17
Итого		1,53	0,7	0,2	7,4	41
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	1,84	0,4	1,7	3,4	32
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	35,23	8,3	14,5	14,2	221
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	2,30	6,1	3,3	27,6	165
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	35,75	17,6	12,5	1,6	211
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,16			8	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,37	3,7	0,5	23,9	115
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,95	3,1	0,3	20,4	96
Итого		81,60	39,2	32,8	99,1	872
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЕЦ	150	13,44				
ПРЯНИК	35	0,00	1,6	1,3	20,3	99
Итого		13,44	1,6	1,3	20,3	99
<b>Ужин</b>						
ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ	130	1,88	12	0,9	25,2	157
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	45	57,67	14,8	12,7	1	177
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,37	0,1		0,3	3
Итого		62,13	28,4	14,2	36,7	389
Всего		207,08	89,5	74,1	222,9	1950

Зав. производством (шеф-повар)

*руф*

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
17 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>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,91	6,1	7,4	21,2	177
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,50	2,2	5,6	15,2	120
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,15	4,4	4,8	15,7	124
Итого		42,46	17,8	22,4	52,4	484
<b>II Завтрак</b>						
АПЕЛЬСИН	60	0,00	0,5	0,1	4,5	24
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,27	0,2	0,1	2,4	14
Итого		1,27	0,7	0,2	6,9	38
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	1,84	0,4	1,7	3,4	32
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	28,65	7	11,6	12,6	183
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	2,05	5,3	3	24	143
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	50	25,58	12,6	8,9	1,1	149
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,80			7	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,90	3	0,4	19,1	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,11	1,8	0,1	11,6	55
Итого		62,94	30,1	25,7	78,8	682
<b>Полдник</b>						
ВАРЕНЕЦ	140	12,54				
ПРЯНИКИ	20	0,00	0,9	0,7	11,6	57
Итого		12,54	0,9	0,7	11,6	57
<b>Ужин</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	4,87	1,9	0,6	13,8	69
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	40	51,32	13,1	11,4	0,8	158
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,12	0,1		0,3	2
Итого		58,53	16,6	12,6	25,1	281
Всего		177,74	66,1	61,6	174,8	1542

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.