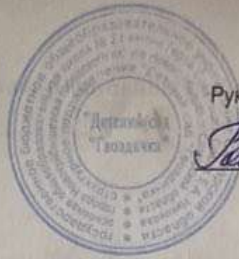


80 20.80



Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голоина Е.Г.* Голоина Е.Г./

## МЕНЮ

5 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>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	19,39	8	12,3	5,3	166
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	7,28	4	8,2	16,5	157
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,70	4,4	4,7	14,7	119
Итого		38,37	16,4	25,2	36,5	442
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,05	0,1	0,1	2	12
Итого		1,05	0,1	0,1	2	12
<b>Обед</b>						
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	22,12	5,7	8,1	19,9	176
ИКРА МОРКОВНАЯ	120	6,42	1,2	1,7	6,3	47
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	48,52	12	14,7	0,5	182
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,64			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,42	2,2	0,3	14,3	69
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,80	1,3	0,1	8,3	39
Итого		80,92	22,4	24,9	55,8	539
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	140	12,54	4,6	4	6,4	85
Итого		12,54	4,6	4	6,4	85
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	40	1,80	0,3	1,8	2,8	29
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	17,96	11,2	8,1	39,6	277
ЧАЙ	180	0,26	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	5,56	0,2	0,2	4,8	23
Итого		25,57	11,8	10,1	47,4	330
Всего		158,45	55,3	64,3	148,1	1408

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Девяшина М.А.



Утверждаю

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

## МЕНЮ

5 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>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	25,85	11,2	16,3	6,3	217
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/9	9,05	4,2	10,3	16,5	176
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,18	5,1	5,6	18,1	145
Итого		49,08	20,5	32,2	40,9	538
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,05	0,1	0,1	2	12
Итого		1,05	0,1	0,1	2	12
<b>Обед</b>						
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	27,40	7,1	10,1	24,4	218
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	6,38	1,6	2,2	9,6	65
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	64,72	16	19,6	0,7	243
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,96			7,4	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,78	2,8	0,4	17,9	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,40	2,2	0,2	14,6	69
Итого		103,64	29,7	32,5	74,6	711
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	150	13,43	5	4,3	6,8	91
Итого		13,43	5	4,3	6,8	91
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	40	1,80	0,3	1,8	2,8	29
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	20,55	12,9	9,3	45,2	317
ЧАЙ	180	0,27	0,1		0,2	1
АПЕЛЬСИН	60	9,10	0,4	0,1	3,6	19
Итого		31,72	13,7	11,2	51,8	366
Всего		198,92	69	80,3	176,1	1718

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Девяшина М.А.