

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Алиш /Голина Е.Г./



МЕНЮ

2 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП КУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ | 200 | 12,09 | 4,1 | 6,1 | 8,2 | 105 |
| СЛАДОСЫРНЫЙ С МАСЛОМ | 30/6 | 6,96 | 2,4 | 5,9 | 16,2 | 128 |
| КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 13,62 | 5 | 5,4 | 16,1 | 135 |
| Итого | | 32,67 | 11,5 | 17,4 | 40,5 | 368 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК | 150 | 1,94 | 0,1 | 0,1 | 4,6 | 19 |
| Итого | | 1,94 | 0,1 | 0,1 | 4,6 | 19 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ЛУКА | 30 | 3,71 | 0,9 | 1,7 | 8 | 53 |
| ЩИ С ФАСОЛЬЮ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 200/8 | 27,38 | 6,6 | 8,4 | 15,8 | 166 |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ПЕЧЕНЬЮ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 140 | 32,19 | 18,7 | 9,3 | 27,2 | 285 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 1,82 | | | 6,6 | 26 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 0,99 | 1,6 | 0,1 | 10,3 | 49 |
| ХЛЕБ РАЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 1,69 | 2,7 | 0,4 | 17 | 82 |
| Итого | | 67,78 | 30,5 | 19,9 | 84,9 | 661 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 140 | 12,40 | 4,6 | 3,9 | 6,3 | 84 |
| Итого | | 12,40 | 4,6 | 3,9 | 6,3 | 84 |
| Ужин | | | | | | |
| СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ) | 30 | 1,07 | 0,4 | | 2,5 | 12 |
| ТВОРОЖЕННЫЕ ПАЛОЧКИ С ПОВИДЛОМ | 110/10 | 50,31 | 20,5 | 13,8 | 17,7 | 281 |
| ЧАЙ | 180 | 0,26 | 0,1 | | 0,2 | 1 |
| ВЕДРО СВЕЖЕЕ | 60 | 5,44 | 0,2 | 0,2 | 4,7 | 23 |
| Итого | | 57,08 | 21,2 | 14 | 25,1 | 317 |
| Всего | | 171,87 | 67,9 | 55,3 | 161,4 | 1449 |

ру

Девякина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

2 июля 2024 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ | 250 | 15,11 | 5 | 7,6 | 10 | 131 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 30/8 | 8,59 | 2,4 | 7,6 | 16,3 | 143 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 14,81 | 5,4 | 5,7 | 18,6 | 150 |
| Итого | | 38,51 | 12,8 | 20,9 | 44,9 | 424 |
| II Завтрак | | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК | 180 | 2,32 | 0,1 | 0,1 | 5,3 | 23 |
| Итого | | 2,32 | 0,1 | 0,1 | 5,3 | 23 |
| Обед | | | | | | |
| <i>Салат из лука</i> САЛАТ ИЗ ЛУКА | 30 | 3,71 | 0,9 | 1,7 | 8 | 53 |
| <i>Щи с фасолью</i> ЩИ С ФАСОЛЬЮ | 250/9 | 33,18 | 8 | 10,5 | 18,1 | 201 |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ПЕЧЕНЬЮ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 150 | 35,63 | 20,2 | 9,8 | 29,2 | 305 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 2,33 | | | 7,5 | 30 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 2,11 | 3,3 | 0,4 | 21,3 | 102 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 1,73 | 2,7 | 0,2 | 18 | 85 |
| Итого | | 78,68 | 35,1 | 22,6 | 102,1 | 776 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 150 | 13,41 | 4,9 | 4,2 | 6,8 | 90 |
| Итого | | 13,41 | 4,9 | 4,2 | 6,8 | 90 |
| Ужин | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ | 35 | 1,25 | 0,5 | | 2,9 | 14 |
| МОРОЖЕНОЕ ПАЛОЧКИ С ПОВИДЛОМ | 130/10 | 58,56 | 24,3 | 16,5 | 21,1 | 334 |
| ЧАЙ | 180 | 0,27 | 0,1 | | 0,2 | 1 |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 60 | 5,44 | 0,2 | 0,2 | 4,7 | 23 |
| Итого | | 65,52 | 25,1 | 16,7 | 28,9 | 372 |
| Всего | | 198,44 | 78 | 64,5 | 188 | 1685 |

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Деяшина М.А.