

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ № 21
Голына Е. Г.



МЕНЮ
16 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	110/10	56,17	23	15,3	20	315
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,04	2,7	5,8	18,6	139
КАКАО С МОЛОКОМ	180	14,03	5,4	5,8	15,9	139
Итого		77,25	31,1	26,9	54,5	593
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	150	1,58			4,2	18
Итого		1,58			4,2	18
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	30	1,50	0,3	1,4	4,4	32
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	22,99	5,8	9,4	13,9	164
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНОЕ С МЯСОМ	130	62,43	15,8	17,6	19,2	299
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,94			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,13	3,4	0,4	21,5	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	1,8	0,1	11,7	55
Итого		92,10	27,1	28,9	77,2	679
Полдник						
КЕФИР	140	12,60	4,6	4	6,4	85
Итого		12,60	4,6	4	6,4	85
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	30	1,61	0,3	1,5	1,8	22
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	140	31,57	20,2	7,5	40,3	328
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,21	0,3	0,1	4,2	25
АПЕЛЬСИН	60	0,00	0,5	0,1	4,8	24
Итого		35,39	21,3	9,2	50,9	399
Всего		218,92	84,1	69	193,2	1774

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



МЕНЮ
16 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130/12	65,85	27,1	18	22	364
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,63	2,7	7,4	18,7	153
КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,96	6,5	7,1	19,4	170
Итого		91,44	36,3	32,5	60,1	687
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	1,85	0,1	0,1	5,1	21
Итого		1,85	0,1	0,1	5,1	21
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	30	1,49	0,3	1,4	4,4	32
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/8	27,72	6,8	11,4	15,2	191
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНОЕ С МЯСОМ	150	72,02	18,3	20,2	22,1	345
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,33			7,4	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,33	3,7	0,5	23,5	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,96	3,1	0,3	20,5	97
Итого		107,85	32,2	33,8	93,1	808
Полдник						
КЕФИР	150	13,50	5	4,3	6,9	91
Итого		13,50	5	4,3	6,9	91
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	30	1,62	0,3	1,5	1,8	22
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	160	36,09	23,2	8,6	46,1	376
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	2,44	0,3	0,1	4,7	27
АПЕЛЬСИН	60	0,00	0,5	0,1	4,6	24
Итого		40,14	24,3	10,3	57,2	449
Всего		254,78	97,9	81	222,4	2056

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А.