

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
*Голоина Е.Г.* /Голоина Е.Г./



**МЕНЮ**  
9 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               | 1,5     | 1,3         | 19                            |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 120    | 5,63       | 3                 | 3,7     | 19,1        | 121                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ         | 30/6/8 | 8,12       | 3,9               | 9,1     | 16,2        | 163                           |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                       | 40     | 9,19       | 5,1               | 4,6     | 0,3         | 63                            |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 180    | 12,31      | 4,7               | 5       | 10,6        | 108                           |
| Итого                               |        | 35,25      | 17                | 23,9    | 47,5        | 474                           |
| <b>II Завтрак</b>                   |        |            |                   |         |             |                               |
| НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ                  | 150    | 1,78       | 0,1               |         | 3,1         | 14                            |
| Итого                               |        | 1,78       | 0,1               |         | 3,1         | 14                            |
| <b>Обед</b>                         |        |            |                   |         |             |                               |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ                    | 25     | 3,35       | 0,3               |         | 0,8         | 4                             |
| СУП РАССОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ | 200/8  | 23,20      | 6,8               | 6,9     | 21,9        | 179                           |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 180    | 44,30      | 12,1              | 12,2    | 14,4        | 218                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 180    | 3,94       |                   |         | 6,1         | 24                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ    | 35     | 1,51       | 2,4               | 0,3     | 15,3        | 74                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 20     | 0,98       | 1,6               | 0,1     | 10,3        | 49                            |
| Итого                               |        | 77,29      | 23,2              | 19,5    | 68,8        | 548                           |
| <b>Полдник</b>                      |        |            |                   |         |             |                               |
| СНЕЖОК                              | 140    | 12,38      |                   |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЬЕ                             | 20     | 0,00       | 1,6               | 2,1     | 16,3        | 91                            |
| Итого                               |        | 12,38      | 1,6               | 2,1     | 16,3        | 91                            |
| <b>Ужин</b>                         |        |            |                   |         |             |                               |
| МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)                  | 30     | 1,21       | 0,3               |         | 1,7         | 8                             |
| ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ                    | 110/10 | 46,99      | 20,3              | 13,4    | 15,3        | 269                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                     | 150    | 10,02      | 3,8               | 4,1     | 12,7        | 104                           |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                       | 60     | 6,25       | 0,2               | 0,2     | 5,4         | 26                            |
| Итого                               |        | 64,47      | 24,6              | 17,7    | 35,1        | 407                           |
| Всего                               |        | 191,16     | 66,5              | 63,2    | 170,8       | 1534                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
9 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               | 1,5     | 1,3         | 19                            |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 140    | 6,63       | 3,5               | 4,3     | 22,3        | 142                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ         | 30/8/9 | 10,16      | 4,1               | 11,4    | 16,2        | 185                           |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                       | 40     | 9,19       | 5,1               | 4,6     | 0,3         | 63                            |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 200    | 14,53      | 5,3               | 5,6     | 17,9        | 145                           |
| Итого                               |        | 40,50      | 18,3              | 27,4    | 58          | 554                           |
| <b>II Завтрак</b>                   |        |            |                   |         |             |                               |
| НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ                  | 180    | 2,14       | 0,1               |         | 3,6         | 16                            |
| Итого                               |        | 2,14       | 0,1               |         | 3,6         | 16                            |
| <b>Обед</b>                         |        |            |                   |         |             |                               |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ                    | 25     | 3,35       | 0,3               |         | 0,8         | 4                             |
| СУП РАССОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 29,11      | 8,3               | 8,5     | 24,6        | 210                           |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 200    | 49,49      | 13,6              | 14,1    | 16,4        | 248                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200    | 2,15       |                   |         | 7           | 28                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ    | 50     | 2,17       | 3,4               | 0,5     | 21,9        | 105                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 35     | 1,72       | 2,7               | 0,2     | 18          | 85                            |
| Итого                               |        | 87,99      | 28,3              | 23,3    | 88,7        | 680                           |
| <b>Полдник</b>                      |        |            |                   |         |             |                               |
| СНЕЖОК                              | 150    | 13,26      |                   |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЬЕ                             | 20     | 0,00       | 1,6               | 2,1     | 16,3        | 91                            |
| Итого                               |        | 13,26      | 1,6               | 2,1     | 16,3        | 91                            |
| <b>Ужин</b>                         |        |            |                   |         |             |                               |
| МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)                  | 30     | 1,21       | 0,3               |         | 1,7         | 8                             |
| ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ                    | 130/10 | 55,44      | 23,9              | 15,9    | 16,6        | 311                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                     | 180    | 12,03      | 4,7               | 5,1     | 15,3        | 125                           |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                       | 60     | 6,25       | 0,2               | 0,2     | 5,4         | 26                            |
| Итого                               |        | 74,94      | 29,1              | 21,2    | 39          | 470                           |
| Всего                               |        | 218,83     | 77,4              | 74      | 205,6       | 1811                          |

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_

Девяшина М.А.