

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ
5 августа 2024 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	180	15,03	6,4	7,5	23,5	188
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/6	5,25	2,3	0,9	26	121
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,63	4,1	4,4	13,6	111
Итого		30,91	12,8	12,8	63,1	420
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,70	0,2	0,1	3,2	19
Итого		1,70	0,2	0,1	3,2	19
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	3,82	0,7	1,6	4,4	36
СВЕКОЛЬНИК НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	10,02	2,9	5,6	20,2	145
КУРНИК	140	11,04	8,8	6,1	59,4	328
КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,67			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,62	2,5	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,07	1,7	0,1	11,2	53
Итого		31,23	16,6	13,7	118,3	668
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,76				
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	14,9	83
Итого		1,76	1,5	2	14,9	83
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,00	0,3	1,6	1,4	20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	25,58	11,1	15,4	7,8	215
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	7,39	2,3	6,5	15,7	130
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	7,48	2,9	3,1	4,9	60
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	4,67	0,1	0,1	3,7	18
Итого		45,13	16,7	26,7	33,5	443
Всего		110,71	47,8	55,3	233	1632

Зав. производством (шеф-повар)

С.А. Дремова

Дремова С.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голкина /Голкина Е.Г./

МЕНЮ
5 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	200	16,68	7,1	8,2	26	208
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/8	6,39	2,3	0,9	29,6	136
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,76	5	5,2	16,3	134
Итого		35,83	14,4	14,3	71,9	478
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,03	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,03	0,3	0,1	3,9	23
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	3,82	0,7	1,6	4,4	36
СВЕКОЛЬНИК НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	11,73	3,4	7	23	170
КУРНИК	160	12,03	9,2	7,4	62,3	352
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,25			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	1,82	2,9	0,4	18,3	88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,87	3	0,2	19,5	92
Итого		33,52	19,2	16,6	135,3	769
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	2,11				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,50	1,5	2	14,9	83
Итого		5,61	1,5	2	14,9	83
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,00	0,3	1,6	1,4	20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	28,28	11,8	17,4	9,1	242
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,25	2,3	8,3	15,7	147
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	7,53	2,9	3,1	4,9	60
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	4,67	0,1	0,1	3,7	18
Итого		49,72	17,4	30,5	34,8	487
Всего		126,72	52,8	63,5	260,8	1840

Зав. производством (шеф-повар)

С.А.

Дремова С.А.