

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

*Голына Е.Г.* Голына Е.Г.

**МЕНЮ**  
23 августа 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     | 20,81      | 8,9               | 12,3    | 6,7         | 174                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ      | 30/5/10 | 7,44       | 3,9               | 8,4     | 15,7        | 155                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                  | 180     | 10,91      | 4,2               | 4,5     | 14,4        | 115                           |
| Итого                            |         | 39,16      | 17                | 25,2    | 36,8        | 444                           |
| <b>Обед</b>                      |         |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ               | 50      | 3,01       | 1,5               | 2,1     | 9,8         | 65                            |
| СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 200     | 21,98      | 5,8               | 8,1     | 15,5        | 159                           |
| ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ        | 80      | 41,91      | 10,6              | 12,4    | 3,3         | 167                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ      | 150     | 2,88       |                   |         | 6,9         | 27                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40      | 1,80       | 2,8               | 0,4     | 18,1        | 87                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 20      | 1,25       | 2                 | 0,2     | 13,1        | 62                            |
| Итого                            |         | 72,64      | 22,7              | 23,2    | 66,7        | 567                           |
| <b>Полдник</b>                   |         |            |                   |         |             |                               |
| СНЕЖОК                           | 150     | 11,97      |                   |         |             |                               |
| Итого                            |         | 11,97      |                   |         |             |                               |
| <b>Ужин</b>                      |         |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ        | 50      | 4,89       | 0,8               | 1,9     | 9,8         | 61                            |
| ВАТРУШКА                         | 120     | 28,72      | 15,9              | 9,2     | 35,7        | 291                           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА      | 150     | 4,41       | 0,5               | 0,2     | 16,7        | 80                            |
| Итого                            |         | 38,02      | 17,2              | 11,3    | 62,2        | 432                           |
| Всего                            |         | 161,79     | 56,9              | 59,7    | 165,7       | 1443                          |

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Дремова С.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
23 августа 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                | 140     | 23,79      | 9,7               | 14,8    | 8           | 206                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ      | 30/8/11 | 7,38       | 4,5               | 9,2     | 15,7        | 165                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                  | 200     | 13,19      | 5,1               | 5,4     | 17,6        | 141                           |
| Итого                            |         | 44,36      | 19,3              | 29,4    | 41,3        | 512                           |
| <b>Обед</b>                      |         |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ               | 70      | 3,60       | 1,7               | 5,1     | 10,9        | 97                            |
| СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 250     | 27,53      | 7,3               | 10,2    | 19,4        | 199                           |
| ПЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ        | 120     | 66,36      | 16,6              | 19,1    | 5,2         | 260                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ      | 200     | 2,27       |                   |         | 8,8         | 35                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50      | 2,24       | 3,5               | 0,5     | 22,7        | 109                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 35      | 2,20       | 3,5               | 0,3     | 23          | 108                           |
| Итого                            |         | 104,20     | 32,6              | 35,2    | 90          | 808                           |
| <b>Полдник</b>                   |         |            |                   |         |             |                               |
| ЧЕШОК                            | 180     | 14,37      |                   |         |             |                               |
| Итого                            |         | 14,37      |                   |         |             |                               |
| <b>Ужин</b>                      |         |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ        | 70      | 6,46       | 1                 | 3       | 12,6        | 82                            |
| ПИТОНКА                          | 140     | 34,47      | 18,3              | 12,4    | 41,7        | 355                           |
| КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА       | 180     | 5,29       | 0,6               | 0,2     | 20          | 96                            |
| Итого                            |         | 46,22      | 19,9              | 15,6    | 74,3        | 533                           |
| Итого                            |         | 209,14     | 71,8              | 80,2    | 205,6       | 1853                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Дремова С.А.