

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

22 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 КУКУРУЗНАЯ	200	28,89	4,2	22,3	11	261
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/11	26,52	4,7	28,5	15,8	340
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	12,51	4,6	4,9	17,1	132
Итого		76,83	18,6	60,3	44,2	796
II Завтрак						
ЯБЛОКО	140	12,22	0,4	0,4	9,6	46
Итого		12,22	0,4	0,4	9,6	46
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	33,66	7,7	18,7	22,9	290
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	10,02	3,6	5,8	101,1	108
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	2,69	17,7	5,9	0,9	127
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,55			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,24	3,5	0,5	22,7	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,62	2,6	0,2	16,9	80
Итого		52,78	35,1	31,1	173,8	751
Полдник						
КИСЕЛЬ	200	2,07				
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,35	0,6	0,8	6,3	35
Итого		3,42	0,6	0,8	6,3	35
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	90	3,44	0,4	4,3	3,1	54
АЗУ	170	23,56	3,6	20,2	25	298
БАТОН	20	1,25	1,5	0,6	10,4	53
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	0,6	0,8	6,3	35
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,03	0,1		9,5	39
Итого		29,28	6,2	25,9	54,3	479
Всего		174,53	60,9	118,5	288,2	2107

Зав. производством (шеф-повар)

Дремова С.А.