

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЛАДКИЙ ПЛОВ	200	10,38	3,6	3,6	44,4	225
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	10,19	2,2	9,3	14,3	150
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	15,29	5,4	5,8	21,7	162
Итого		35,86	11,2	18,7	80,4	537
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,52	0,3	0,1	4,8	28
Итого		2,52	0,3	0,1	4,8	28
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	40	1,98	0,5		2,7	14
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР Б. СО СМЕТАНОЙ	250	22,91	4,8	6,4	34,5	216
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	12,77	4,6	6,5	13,6	135
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	31,01	1,4	6,7	2,9	78
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,09			12,1	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,07	3,3	0,3	21,7	102
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,42	3,8	0,5	24,4	117
Итого		77,25	18,4	20,4	111,9	711
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	3,89				
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,7	2,2	16,8	94
Итого		3,89	1,7	2,2	16,8	94
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	7,63	0,6	2,6	2,2	35
СУХАРНИК	130	28,72	12,9	17,6	18,4	286
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	5,52	2,2	0,8	26,3	121
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,85	0,2		0,5	4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	7,64	0,2	0,2	6	29
Итого		51,36	16,1	21,2	53,4	475
Всего		170,88	47,7	62,6	267,3	1845

Зав. производством (шеф-повар)

Дремова С.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЛАДКИЙ ПЛОВ	180	10,08	3,5	3,6	43,4	220
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	8,06	2,1	7,2	14,3	130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,45	5,1	5,4	21,2	156
Итого		32,59	10,7	16,2	78,9	506
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,52	0,3	0,1	4,8	28
Итого		2,52	0,3	0,1	4,8	28
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	40	2,12	0,5		2,9	15
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	21,58	5,4	7,4	37,8	239
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	12,40	4,3	6,5	13	132
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	19,69	2,6	8,5	3,2	100
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	4,22			13,7	55
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,93	3	0,4	19,5	94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,18	1,9	0,2	12,4	58
Итого		63,13	17,7	23	102,5	693
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	3,24				
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	2,1	2,8	21	118
Итого		3,24	2,1	2,8	21	118
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	9,16	0,7	3,1	2,7	42
СУХАРНИК	110	32,63	14,8	20,1	19,1	319
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	30/15	6,79	2,2	0,8	30,3	137
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	2,95	0,3		0,7	6
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	8,18	0,3	0,3	6,4	31
Итого		59,71	18,3	24,3	59,2	535
Всего		161,19	49,1	66,4	266,4	1880

Зав. производством (шеф-повар)

С.А.

Дремова С.А.