

Утверждаю

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



МЕНЮ
14 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,38	5,4	7,4	17,1	158
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,83	2,2	5,9	15,3	123
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,84	4,3	4,7	15,3	121
Итого		41,95	17	22,6	48	465
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,30	0,1		4,7	20
Итого		0,30	0,1		4,7	20
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	3,23	0,3		0,7	4
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	17,61	4,8	9,4	16,6	172
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	7,41	2,7	2,9	17,2	107
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	60	36,43	8,9	13,3	6,9	183
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,92			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,4	16,9	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,99	1,6	0,1	10,4	49
Итого		69,27	20,9	26,1	75,5	623
Полдник						
КЕФИР	140	10,97	4	3,4	5,5	73
Итого		10,97	4	3,4	5,5	73
Ужин						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	40	21,39	5,7	4,6	1,4	69
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	1,68	3,7	2,6	16,6	104
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ	180	0,26	0,1		0,2	1
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	15,3	86
Итого		24,56	12,5	9,8	43,7	312
Всего		147,05	54,5	61,9	177,4	1493

Зав. производством (шеф-повар)

Дремова С.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голина /Голина Е.Г./

МЕНЮ

14 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,01	6,2	8,2	19,6	178
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,49	2,2	7,6	15,4	139
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,41	5,2	5,5	18,8	148
Итого		47,82	18,7	25,9	54,1	528
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,36	0,1		5,7	24
Итого		0,36	0,1		5,7	24
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	3,23	0,3		0,7	4
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	21,94	6,1	11,7	20,7	215
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	8,82	3,1	3,6	20	126
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	80	48,05	11,9	17,1	8,9	239
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,30			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,09	3,3	0,4	21,1	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,74	2,8	0,2	18,2	86
Итого		88,17	27,5	33	97,5	803
Полдник						
КЕФИР	150	11,67	4,3	3,7	5,9	78
Итого		11,67	4,3	3,7	5,9	78
Ужин						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	45	24,09	6,2	5,2	1,7	78
ПЮРЕ ГОРОХОВАЯ	130	1,63	10,4	0,7	21,7	135
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,23	1,5	0,6	10,2	52
ЧАЙ	200	0,26	0,1		0,2	1
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	1,5	2	15,3	86
Итого		27,21	19,7	8,5	49,1	352
Всего		175,22	70,3	71,1	212,3	1785

Зав. производством (шеф-повар)

Дремова

Дремова С.А.