

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



МЕНЮ

9 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	17,72	6,7	8,3	30	223
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,41	2,3	7,5	15,5	138
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,33	5,2	5,6	18,7	147
Итого		49,37	19,3	26	64,5	571
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,69	0,2	0,1	3,2	19
Итого		1,69	0,2	0,1	3,2	19
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	250/11	18,30	3,3	6,7	20,1	155
КАША ГОРОХОВАЯ	120	7,00	16,4	4,5	33,9	241
ГУЛЯШ ИЗ КУР	80	30,57	1,4	5,5	7,3	84
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,56			9,7	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,68	2,7	0,2	17,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,10	3,3	0,4	21,2	102
Итого		62,22	27,1	17,3	109,8	704
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	3,88				
Итого		3,88				
Ужин						
ЯБЛОКО	100	14,77	0,4	0,4	9,8	47
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	35	1,32	0,4		1,9	10
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/10	55,90	24,3	17,1	30,5	377
ЧАЙ	200	0,24	0,1		0,2	1
Итого		72,23	25,2	17,5	42,4	435
Всего		189,39	71,8	60,9	219,9	1729

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.

МЕНЮ ЯСЛИ

Утверждаю

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



МЕНЮ 9 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,34	4,9	6,4	16,2	142
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,77	2,3	5,9	15,4	124
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,80	4,4	4,7	15,2	121
Итого		40,82	16,7	21,6	47,1	450
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						
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/9	14,62	2,5	5,3	16,2	123
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	120	2,17	7,2	3,9	32,5	195
ГУЛЯШ ИЗ КУР	60	18,49	1	3,5	5,4	59
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	2,24			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,68	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,96	1,5	0,1	10	47
Итого		40,17	14,8	13,2	90,8	545
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	3,23				
Итого		3,23				
Ужин						
ЯБЛОКО	50	7,39	0,2	0,2	4,9	24
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	30	1,14	0,3		1,7	8
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/10	47,32	20,6	14,4	25,9	319
ЧАЙ	180	0,21	0,1		0,2	1
Итого		56,05	21,2	14,6	32,7	352
Всего		141,96	52,9	49,5	173,8	1368

Медицинская сестра

Елеференко С.Ю.