

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голкина (Голина Е.Г.)

МЕНЮ
26 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С ЯБЛОКОМ	205	18,00	7,3	8	26,9	212
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/8	8,21	2,3	7,2	16,2	139
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	205	14,95	5,5	6	17,8	149
Итого		41,16	15,1	21,2	60,9	500
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,34	0,2	0,1	2,5	15
Итого		1,34	0,2	0,1	2,5	15
Обед						
СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ	285/8	37,20	11,6	5,5	23,7	192
КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ	140	3,46	4,7	4,4	33	192
РЫБА ПОД ОВОЩАМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	115	32,10	9,9	5	6,3	111
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,13			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,05	3,2	0,4	20,7	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,64	2,6	0,2	17,2	81
Итого		78,59	32	15,5	108,5	706
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	3,18			4,2	17
Итого		3,18			4,2	17
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	27	5,43	0,4	1,8	1,6	25
КАРТОФЕЛЬ ПОД ОМЛЕТОМ	175	18,65	9,1	10,8	13,6	189
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,29	1,6	0,6	10,7	55
ЧАЙ	180	0,56	0,2		0,5	3
БАНАН	72	15,54	1,1	0,4	15,1	69
Итого		41,48	12,4	13,6	41,5	341
Всего		165,76	59,7	50,4	217,6	1579

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
Голкина Е.Г. Голкина Е.Г.



МЕНЮ
26 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С ЯБЛОКОМ	185	16,15	6,6	7,4	24,2	191
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,16	2,3	7,2	16,2	139
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	185	13,46	5	5,3	16	134
Итого		37,77	13,9	19,9	56,4	464
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,33	0,2	0,1	2,5	15
Итого		1,33	0,2	0,1	2,5	15
Обед						
СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ	225/8	29,75	9,3	4,4	18,8	154
КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ	120	2,87	4	4	28,2	165
РЫБА ПОД ОВОЩАМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	28,48	8,7	4,6	5,5	98
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	1,79			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	2,05	3,2	0,4	20,7	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,94	1,5	0,1	9,8	46
Итого		65,88	26,7	13,5	89,7	590
Полдник						
КИСЕЛЬ	145	2,84			4,2	17
Итого		2,84			4,2	17
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	27	5,44	0,4	1,8	1,6	25
КАРТОФЕЛЬ ПОД ОМЛЕТОМ	165	13,84	6,5	8,3	12,6	157
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	1,6	0,6	10,7	54
ЧАЙ	180	0,51	0,2		0,4	17
БАНАН	72	15,54	1,1	0,4	15,1	61
Итого		36,62	9,8	11,1	40,4	300
Всего		144,44	50,6	44,6	193,2	1388

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.