

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г.



МЕНЮ
5 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,13	6,1	7,5	21,3	179
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/8	13,71	4,1	8,2	15,4	153
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,13	4,5	4,9	15	123
Итого		40,96	14,7	20,6	51,7	455
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,37	0,1		5,5	23
Итого <i>банан</i>		0,37	0,1		5,5	23
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	40	1,96	0,5	1,3	2,6	24
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/10	18,22	4,9	7,6	5,7	111
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	100	4,53	3,5	2,8	25,2	141
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	130	4,47	13,3	3,4	5,9	107
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,44			7,4	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,80	2,8	0,4	18,2	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,06	1,7	0,1	11	52
Итого		35,48	26,7	15,6	76	552
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	3,03				
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,57	1,1	1,4	10,9	61
Итого		5,60	1,1	1,4	10,9	61
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	20	4,20	0,4		0,9	6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	38,55	14,4	13,8	26,7	289
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,84	0,1		7,6	31
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
Итого		44,84	16,4	14,4	45,5	378
Всего		140 25	59	52	189,6	1469

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А



МЕНЮ
5 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,77	6,8	8,4	23,6	198
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/8/9	16,21	4,3	10,2	15,5	171
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,68	5,4	5,8	18,4	149
Итого		47,66	16,5	24,4	57,5	518
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	1,17	0,1		6,6	28
Итого <i>Ванна</i>		1,17	0,1		6,6	28
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	40	2,03	0,5	2,4	2,4	35
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	23,27	6,2	10,5	7	148
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	120	4,52	3,5	2,8	25,2	141
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	140	7,53	16,6	5,5	11,2	162
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,24			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,25	3,5	0,5	22,7	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,85	2,9	0,2	19,3	91
Итого		43,69	33,2	21,9	97,1	723
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	3,64				
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,57	1,1	1,4	10,9	61
Итого		6,21	1,1	1,4	10,9	61
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	20	4,21	0,4		0,9	6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	160	41,95	15,4	16,5	28,7	324
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,99	0,1		9,5	38
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	1,5	0,6	10,3	52
Итого		48,38	17,4	17,1	49,4	420
Всего		157,11	68,3	64,8	221,5	1750

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А