

Утверждаю

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



МЕНЮ
18 сентября 2024 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,52	6,5	8,1	21,5	187
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	7,05	4,2	8,5	16,2	159
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,48	4	4,3	13,4	110
Итого		40,96	19,8	25,5	51,4	519
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	155	0,35	0,1		5,4	23
Итого		0,35	0,1		5,4	23
Обед						
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	23,37	6,4	7,6	16,9	163
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	5,31	4,5	4	28,9	170
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	33,64	13,3	7,3	4,7	153
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,99			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,3	16,9	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,94	1,5	0,1	9,8	46
Итого		66,90	28,3	19,3	84,9	644
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	141	11,29				
Итого		11,29				
Ужин						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	2,79	0,4	1,9	4,5	38
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	36,59	12,4	10,7	32,4	276
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,26	1,5	0,6	10,5	53
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,12	0,2	0,1	12,2	53
Итого		42,77	14,5	13,3	59,6	420
Всего		162,27	62,7	58,1	201,3	1606

Медицинская сестра _____

Елеференко С.Ю.

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 сентября 2024 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,12	7,3	9	23,9	207
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	308/8	8,69	4,6	10,7	16,2	180
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,58	4,9	5,2	16,1	132
Итого		46,30	21,9	29,5	56,5	582
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	185	0,42	0,1		6,5	27
Итого		0,42	0,1		6,5	27
Обед						
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	29,20	7,9	9,6	20,9	203
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	165	6,35	5,2	4,9	33,8	201
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	85	38,62	15,3	8,6	5,1	178
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,45			9,6	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,09	3,3	0,4	21,1	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,64	2,6	0,2	17,1	81
Итого		80,33	34,3	23,7	107,6	802
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	151	12,09				
Итого		12,09				
Ужин						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	2,79	0,4	1,9	4,5	38
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	37,18	12,4	11,5	32,8	285
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,26	1,5	0,6	10,5	53
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,54	0,2	0,1	14,6	64
Итого		43,78	14,5	14,1	62,2	440
Всего		182,92	70,8	67,3	232,8	1851

Медицинская сестра

Е.М.

Елеференко С.Ю.