

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

\_\_\_\_\_/Голина Е.Г./

ия  
21  
./

# МЕНЮ

12 сентября 2024 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	22,40	7,9	12,1	25,1	243
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/15	14,41	4,9	16,9	15,2	232
КАКАО С МОЛОКОМ	245	17,21	6,6	7,2	19,5	171
Итого		54,02	19,4	36,2	59,8	646
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,06	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,06	0,3	0,1	3,9	23
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	5,41	1,9	3,7	13,3	95
УХА РЫБНАЯ	245/10	10,84	8,9	9	16,2	183
РЫБИЙ ГЛАЗ	130	10,02	15,6	9,9	16	213
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,41			9,1	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	55	2,32	3,7	0,5	23,4	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,83	2,9	0,2	19,1	90
Итого		32,82	33	23,3	97,1	731
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	170	2,14				
Итого		2,14				
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	27	1,29	0,4		1,9	10
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	140/10	66,74	26,8	23,4	19,7	401
ЧАЙ	200	0,30	0,1		0,3	2
Итого		68,34	27,3	23,4	21,9	413
Всего		159,37	80	83	182,7	1813

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



Елеференко С.Ю.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

\_\_\_\_\_/Голина Е.Г./

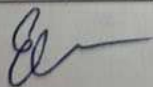
## МЕНЮ

12 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	20,13	7,1	10,9	22,5	219
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/12	11,23	4,4	13,1	15,2	196
КАКАО С МОЛОКОМ	220	14,25	5,4	5,9	15,9	141
Итого		45,61	16,9	29,9	53,6	556
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	2,06	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,06	0,3	0,1	3,9	23
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	3,49	1,2	2,2	8,6	60
УХА РЫБНАЯ	190/8	8,53	7,2	6,5	13,7	144
РЫБИЙ ГЛАЗ	110	7,29	13	6,7	13,5	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,96			7,3	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	1,85	2,9	0,4	18,7	90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,04	1,7	0,1	10,9	52
Итого		24,15	26	15,9	72,7	540
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	170	2,14				
Итого		2,14				
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	21	0,99	0,3		1,4	7
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	120/10	55,56	22,6	18,3	16,6	327
ЧАЙ	180	0,30	0,1		0,2	1
Итого		56,85	23	18,3	18,2	335
Всего		130,81	66,2	64,2	148,4	1454

Медицинская сестра



Елеференко С.Ю.