

Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МАННЫЙ	180	14,82	5,1	8	17,2	162
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/8	8,14	3,8	3,1	13,9	99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,21	4,1	4,4	14,2	114
Итого		34,17	13	15,5	45,3	375
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	120	2,20	0,1		5,1	21
Итого		2,20	0,1		5,1	21
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ТЕПЛЫЙ"	70	4,67	0,8	1,9	3,8	36
СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ	170/8	18,37	5,3	4,5	12	113
РЫБИЙ ГЛАЗ	110	43,72	15,1	7,3	3,4	142
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,57			6,3	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,56	2,5	0,3	15,7	76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,06	1,7	0,1	11	52
Итого		70,95	25,4	14,1	52,2	444
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	170	1,79				
Итого		1,79				
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ "ЛАКОМКА"	160	41,47	18	12,7	27,9	302
ЧАЙ	180	0,27	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	31	3,83	0,1	0,1	3	15
Итого		45,58	18,2	12,8	31,1	318
Всего		154,70	56,7	42,4	133,7	1158

Зав. производством (шеф-повар)


*Девиш*

Девишина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

 /Голина Е.Г./

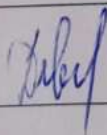
## МЕНЮ

17 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МАННЫЙ	200	16,42	5,7	8,7	19,1	179
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/9	9,59	4,2	3,6	13,9	105
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,62	5	5,2	17,5	139
Итого		39,62	14,9	17,5	50,5	423
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	145	2,41	0,1		5,2	22
Итого		2,41	0,1		5,2	22
<b>Обед</b>						
САЛАТ "ТЕПЛЫЙ"	70	4,68	0,8	1,9	3,8	36
СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ	215/10	21,47	6,7	5,8	15,1	141
РЫБИЙ ГЛАЗ	130	42,20	15,1	8,2	3,4	150
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,65			7,3	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	1,95	3,1	0,4	19,7	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,85	2,9	0,2	19,3	91
Итого		73,79	28,6	16,5	68,6	542
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	170	1,79				
Итого		1,79				
<b>Ужин</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ "ЛАКОМКА"	185	48,09	20,8	14,9	32,6	352
ЧАЙ	200	0,25	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	31	3,83	0,1	0,1	3	15
Итого		52,17	21	15	35,8	368
Всего		169,78	64,6	49	160,1	1355

Зав. производством (шеф-повар)



Девяшина М.А