

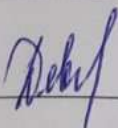
МЕНЮ

18 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	26,98	11,8	15,6	8,5	224
БАТОН	25	1,57	1,9	0,7	13	66
КАКАО С МОЛОКОМ	190	12,86	4,9	5,3	16,5	134
Итого		41,41	18,6	21,6	38	424
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,78	0,1		1,5	9
Итого		0,78	0,1		1,5	9
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	23,34	6,3	8,8	15,7	168
КАША ГОРОХОВАЯ	121	1,28	8,3	0,6	17,4	108
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ	100	71,82	18,5	18,5	6,8	267
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,34			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,71	2,7	0,4	17,3	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,63	2,6	0,2	17	80
Итого		101,12	38,4	28,5	81	733
Полдник						
СНЕЖОК	148	12,47				
Итого		12,47				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	145	11,58	8,8	5,7	46,4	273
ЧАЙ	200	0,27	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	19	2,31	0,1	0,1	1,8	9
Итого		14,16	9	5,8	48,4	283
Всего		169,93	66,1	55,9	168,9	1449

Зав. производством (шеф-повар)



Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

18 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	20,66	8,9	12,2	7,1	173
БАТОН	25	1,57	1,9	0,7	13	66
КАКАО С МОЛОКОМ	170	10,66	4,1	4,4	13,4	110
Итого		32,88	14,9	17,3	33,5	349
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,79	0,1		1,5	9
Итого		0,79	0,1		1,5	9
Обед						
СУП ПОЛЕВОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	19,07	5,3	7,1	14,1	142
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	5,53	2	2	14,3	83
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ	90	63,38	16,2	16,3	5,9	235
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,28			5,9	24
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,37	2,2	0,3	13,8	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,93	1,5	0,1	9,7	46
Итого		91,55	27,2	25,8	63,7	597
Полдник						
СНЕЖОК	139	11,64				
Итого		11,64				
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	10,62	8,1	5,3	42,7	251
ЧАЙ	180	0,27	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	19	2,31	0,1	0,1	1,8	9
Итого		13,20	8,3	5,4	44,7	261
Всего		150,06	50,5	48,5	143,4	1216

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А