

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голина Е.Г.

**МЕНЮ**  
28 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>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	13,55	6,2	6,8	23,1	179
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/8	9,55	4,3	3,6	15,3	111
КАКАО С МОЛОКОМ	175	12,02	4,6	4,9	14,9	123
Итого		35,12	15,1	15,3	53,3	413
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	2,85	0,1		5,8	24
Итого		2,85	0,1		5,8	24
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	45	2,62	0,5	1,9	4,8	39
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	14,51	1,9	4,4	12,3	97
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОННАЯ С ПТИЦЕЙ	170	29,44	6,5	6,3	27,9	194
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	1,81			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	1,82	2,9	0,4	18,3	88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,54	2,4	0,2	16,1	76
Итого		51,73	14,2	13,2	86	520
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	140	1,08				
Итого		1,08				
<b>Ужин</b>						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	175	53,60	18,8	10,1	3,9	183
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,32	1,6	0,6	10,9	56
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,46	0,1		0,2	1
Итого		55,38	20,5	10,7	15	240
Всего		146,16	49,9	39,2	160,1	1197

Зав. производством (шеф-повар)



Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е. Г.* /Голина Е. Г./

**МЕНЮ**  
28 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>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,68	7,5	8,4	27,6	217
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/9	11,34	4,8	4,2	15,3	119
КАКО С МОЛОКОМ	170	12,91	4,9	5,3	17,2	137
Итого		40,91	17,2	17,9	60,1	473
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	185	3,12	0,1		5,9	25
Итого		3,12	0,1		5,9	25
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	45	2,61	0,5	1,9	4,8	39
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР Б. СО СМЕТАНОЙ	200/11	15,63	2	5,4	13,3	110
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОННАЯ С ПТИЦЕЙ	190	33,01	7,3	7,2	31,4	219
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	2,79			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	54	2,27	3,6	0,5	22,9	110
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,78	2,8	0,2	18,4	87
Итого		58,07	16,2	15,2	98,4	595
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	165	1,29				
Итого		1,29				
<b>Ужин</b>						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	195	63,93	23,4	12,8	4,1	226
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,31	1,6	0,6	10,9	56
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,81	0,1		0,3	2
Итого		66,05	25,1	13,4	15,3	284
Всего		169,44	58,6	46,5	179,7	1377

Зав. производством (шеф-повар)

*Деяшина М. А.*

Деяшина М. А.