

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
7 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	200	16,09	6,5	7,9	21,5	185
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,18	2,2	7,3	15,4	136
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	185	12,91	5,1	5,3	16,1	134
Итого		46,09	18,9	25,1	63,3	518
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,71	0,2	0,1	3,2	19
Итого		1,71	0,2	0,1	3,2	19
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА КУР. Б. СО СМЕТАНОЙ	265	17,48	3,5	6,4	22,3	162
РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ	205	36,05	4,3	6,7	67,1	177
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,27			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	53	2,22	3,5	0,5	22,4	108
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,81	2,9	0,2	18,9	89
Итого		59,82	14,2	13,8	136,3	566
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	1,81				
Итого		1,81				
Ужин						
ЧАЙ	180	0,26	0,1		0,2	1
БУЛОЧКА "ТРОПИКАНКА"	175	18,66	9,4	7,6	62,2	356
Итого		18,91	9,5	7,6	62,4	357
Всего		128,35	42,8	46,6	257,2	1480

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
А.С.Сид / Голина Е.Г. /

МЕНЮ
7 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	180	14,45	5,8	7,3	18,8	164
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,56	2,2	5,7	15,3	121
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,8	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	155	10,78	4,2	4,5	13,6	112
Итого		40,70	17,3	22,1	47,8	460
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,71	0,2	0,1	3,2	19
Итого		1,71	0,2	0,1	3,2	19
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	210	13,97	2,8	5,4	17,7	130
РАГУ ОВОЩНОЕ С ПТИЦЕЙ	195	34,14	4,2	6,6	65,4	170
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,20			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	1,97	3,1	0,4	19,9	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,03	1,6	0,1	10,8	51
Итого		53,31	11,7	12,5	120,4	474
Полдник						
КИСЕЛЬ	140	1,52				
Итого		1,52				
Ужин						
ЧАЙ	180	0,24	0,1		0,2	1
БУЛОЧКА "ТРОПИКАНКА"	155	16,24	8,4	6,5	54,5	310
Итого		16,48	8,5	6,5	54,7	311
Всего		113,72	37,7	41,2	228,1	1264

Зав. производством (шеф-повар) *Девяшина М.А.* Девяшина М.А.