

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	13,43	4	6,6	9,3	114
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,28	2,2	5,4	14,8	117
КАКАО С МОЛОКОМ	170	10,98	4,2	4,5	14,2	115
Итого		30,70	10,4	16,5	38,3	346
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,80	0,1		1,5	9
Итого		0,80	0,1		1,5	9
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	185	15,84	5,4	6,9	14,9	145
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	9,27	2,7	3,4	12,1	92
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ГНЕЗДО"	75	42,50	15,1	16,8	2,3	222
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,56			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,65	2,6	0,3	16,7	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,93	1,5	0,1	9,7	46
Итого		71,75	27,3	27,5	62,3	612
Полдник						
СНЕЖОК	140	11,73				
Итого		11,73				
Ужин						
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ И ОВОЩАМИ	140	21,70	11,5	5,3	42,3	264
ЧАЙ	180	0,26	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	37	4,67	0,1	0,1	3,7	18
Итого		26,62	11,7	5,4	46,2	283
Всего		141,60	49,5	49,4	148,3	1250

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	14,99	4,5	7,3	10,3	126
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,30	2,2	5,4	14,8	117
КАКАО С МОЛОКОМ	190	13,28	5,1	5,5	17,4	140
Итого		34,57	11,8	18,2	42,5	383
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,79	0,1		1,5	9
Итого		0,79	0,1		1,5	9
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	230	19,24	6,5	8,9	17,3	175
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	235	10,69	3,2	3,9	14	107
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ГНЕЗДО"	85	48,26	17,3	18,9	2,6	252
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,76			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	2,06	3,3	0,4	20,8	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,62	2,6	0,2	16,9	80
Итого		83,63	32,9	32,3	79,2	744
Полдник						
СНЕЖОК	150	12,57				
Итого		12,57				
Ужин						
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ И ОВОЩАМИ	160	24,91	13,5	6,1	49,3	307
ЧАЙ	200	0,27	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	37	4,66	0,1	0,1	3,7	18
Итого		29,84	13,7	6,2	53,2	326
Всего		161,40	58,5	56,7	176,4	1462

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А