

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
/Голына Е.Г./

МЕНЮ
22 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,10	6,3	8,1	19,1	175
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,27	2,3	7,3	15,8	136
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,25	5,2	5,7	17,8	145
Итого		38,63	13,8	21,1	52,7	459
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,76	0,1		1,5	8
Итого		0,76	0,1		1,5	8
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	36	3,94	0,4		0,9	5
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б.	250	15,95	5	6,6	14,4	140
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	8,34	3,1	3	20,5	122
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	36,60	13,3	14,4	4	199
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,36			7,2	29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	1,99	3,1	0,4	20,1	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,57	2,5	0,2	16,4	78
Итого		69,75	27,4	24,6	83,5	670
Полдник						
КЕФИР	144	11,31	4,2	3,6	5,8	76
Итого		11,31	4,2	3,6	5,8	76
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	23	1,10	0,3		1,6	8
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	145	55,54	23,6	16	11,5	289
ЧАЙ	200	0,26	0,1		0,2	1
Итого		56,91	24	16	13,3	298
Всего		177,36	69,5	65,3	156,8	1511

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
22 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ПШЕНИЧНЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,43	5,6	7,2	16,6	155
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,64	2,3	5,7	15,7	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,28	5,2	5,7	17,8	145
Итого		35,36	13,1	18,6	50,1	424
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,76	0,1		1,5	8
Итого		0,76	0,1		1,5	8
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	36	3,97	0,4		0,9	5
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б.	200	12,99	4,4	5,4	13,9	123
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	7,16	2,6	2,7	17,7	105
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	45	34,20	12,4	13,5	3,5	187
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,22			6,3	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,59	2,5	0,3	16,1	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,90	1,4	0,1	9,4	44
Итого		62,02	23,7	22	67,8	566
Полдник						
КЕФИР	134	10,55	3,9	3,4	5,4	71
Итого		10,55	3,9	3,4	5,4	71
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	23	1,10	0,3		1,6	8
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	125	47,13	20	13,5	9,7	244
ЧАЙ	180	0,24	0,1		0,2	1
Итого		48,47	20,4	13,5	11,5	253
Всего		157,16	61,2	57,5	136,3	1322

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина

Девячина М.А