

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЯЧНЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200	16,00	6,2	8	19,3	175
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8/9	7,85	2	7,1	13,7	126
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,72	5,3	5,7	19	151
Итого		47,49	18,6	25,4	52,3	515
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,58	0,2	0,1	3	18
Итого		1,58	0,2	0,1	3	18
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЛУКОМ	85	3,82	1,5	2,4	11,1	73
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б.	250	24,03	7,5	8,9	22,3	199
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	130	45,74	16,4	2	18,3	158
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,36			7,9	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,08	3,3	0,4	21	101
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,69	2,7	0,2	17,7	84
Итого		79,73	31,4	13,9	98,3	646
Полдник						
КИСЕЛЬ	175	2,53				
Итого		2,53				
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150	7,51	5,9	5,4	26,7	179
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,09	1,3	0,5	9,1	46
ЧАЙ	200	0,47	0,2		0,4	2
БАНАН	55	10,42	0,8	0,3	11,6	53
Итого		19,49	8,2	6,2	47,8	280
Всего		150,82	58,4	45,6	201,4	1459

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЯЧНЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	14,40	5,5	7,3	17	156
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/6	6,29	2	5,5	13,6	112
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,12	4,5	4,9	15,5	124
Итого		41,72	17,1	22,3	46,4	455
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,59	0,2	0,1	3	18
Итого		1,59	0,2	0,1	3	18
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЛУКОМ	85	3,83	1,5	2,4	11,1	73
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б.	200	19,87	6,3	7,2	19,3	167
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	120	39,43	15,1	1,9	16,8	146
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,97			6,9	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,67	2,6	0,3	16,8	81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,97	1,5	0,1	10,1	48
Итого		67,72	27	11,9	81	543
Полдник						
КИСЕЛЬ	145	2,11				
Итого		2,11				
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	140	7,03	5,5	5,1	25	167
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,09	1,3	0,5	9,1	46
ЧАЙ	180	0,48	0,2		0,4	2
БАНАН	55	10,42	0,8	0,3	11,6	53
Итого		19,02	7,8	5,9	46,1	268
Всего		132,16	52,1	40,2	176,5	1284

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А