

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

1 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 С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	16,21	7	7,8	23,4	191
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,14	2,1	7,3	14,3	131
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,30	5,2	5,5	18,6	147
Итого		47,56	19,4	25	56,6	532
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,51	0,2	0,1	2,9	17
Итого		1,51	0,2	0,1	2,9	17
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	36	3,87	0,4		0,9	5
СВЕКОЛЬНИК НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	270	24,53	6,6	9,9	25,5	220
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧИТАЯ	140	1,87	5,2	4,9	24	160
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	60	51,89	12,6	14,7	6	207
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,23			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	1,98	3,1	0,4	20	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,56	2,5	0,2	16,3	77
Итого		87,93	30,4	30,1	100,4	796
Полдник						
КЕФИР	144	11,47	4,2	3,6	5,7	76
Итого		11,47	4,2	3,6	5,7	76
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	26	1,23	0,3		1,8	9
ТВОРОЖЕНАЯ ЗАПЕКАНКА С КУРАГОЙ И СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/10	59,90	24,4	16,4	28,5	365
ЧАЙ	180	0,53	0,2		0,4	3
Итого		61,66	24,9	16,4	30,7	377
Всего		210,14	79,1	75,2	196,3	1798

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 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 С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	12,51	5	6,1	14,6	134
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	6,56	2,1	5,7	14,2	117
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,16	4,9	5,2	15,9	132
Итого		41,14	17,1	21,6	45	446
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,50	0,2	0,1	2,9	17
Итого		1,50	0,2	0,1	2,9	17
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	36	3,86	0,4		0,9	5
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	36	3,87	0,4		0,9	5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	1,60	4,6	4,1	20,6	137
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	55	45,76	11,2	12,8	5,3	182
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,75			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,89	1,4	0,1	9,3	44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,59	2,5	0,3	16	77
Итого		59,32	20,5	17,3	59,8	477
Полдник						
КЕФИР	134	10,71	3,9	3,4	5,4	71
Итого		10,71	3,9	3,4	5,4	71
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	26	1,23	0,3		1,8	9
ТВОРОЖЕНАЯ ЗАПЕКАНКА С КУРАГОЙ И СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115/10	50,67	20,8	13,7	24,1	308
ЧАЙ	180	0,47	0,2		0,4	2
Итого		52,37	21,3	13,7	26,3	319
Всего		165,04	63	56,1	139,4	1330

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.