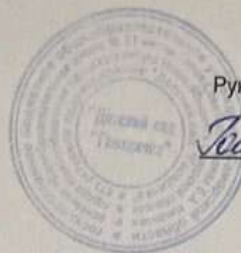


Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г.



МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	15,88	7,1	8	25,2	202
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	29/8	8,63	4	3,2	15,1	105
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,06	5,1	5,5	18,3	145
Итого		38,57	16,2	16,7	58,6	452
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,80	0,1		1,6	9
Итого		0,80	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	70	3,27	1,2	2,6	9,1	65
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	22,80	8,8	10	18	198
РЫБА ПОРЦИОННО С ОВОЩАМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150	57,85	17,7	4,7	3,2	127
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,98			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,12	3,3	0,4	21,4	103
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,67	2,7	0,2	17,5	83
Итого		89,69	33,7	17,9	76,9	607
Полдник						
КИСЕЛЬ	165	1,00				
Итого		1,00				
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	160	36,19	16,8	14,4	33	331
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,21	1,5	0,6	10,1	51
ЧАЙ	200	0,27	0,1		0,2	1
АПЕЛЬСИН	43	8,68	0,4	0,1	3,5	19
Итого		46,36	18,8	15,1	46,8	402
Всего		176,43	68,8	49,7	183,9	1470

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. /Голоина Е.Г./

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,31	6,4	7,3	22,6	182
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	7,67	3,8	2,9	15,1	102
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,62	4,3	4,7	14,9	119
Итого		33,80	14,5	14,9	52,6	403
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,81	0,1		1,6	9
Итого		0,81	0,1		1,6	9
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	65	3,12	1,1	2,6	8,6	63
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/10	18,55	7,2	8,2	15,3	162
РЫБА ПОРЦИОННО С ОВОЩАМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	140	53,57	16,3	4,2	3	116
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,65			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,70	2,7	0,4	17,1	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,96	1,5	0,1	10	47
Итого		79,54	28,8	15,5	60,7	497
Полдник						
КИСЕЛЬ	140	0,83				
Итого		0,83				
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	33,94	15,8	13,7	31	310
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,21	1,5	0,6	10,1	51
ЧАЙ	180	0,29	0,1		0,2	1
ЯБЛОКО	63	7,83	0,3	0,3	6,2	30
Итого		43,27	17,7	14,6	47,5	392
Всего		158,25	61,1	45	162,4	1301

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.