

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./

**МЕНЮ**  
15 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	210	16,74	7,4	8,5	25,7	210
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,20	2,4	8,2	16,4	149
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	205	14,77	5,4	5,8	18,7	150
Итого		40,71	15,2	22,5	60,8	509
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	175	3,03	0,1		6	25
Итого		3,03	0,1		6	25
<b>Обед</b>						
СУП С ЯЙЦОМ НА М.К.Б.	250	21,79	7,6	9,5	18,9	192
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	5,78	1,5	2,3	8,4	60
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	40,33	14,2	18,6	2,7	235
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,11			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	2,18	3,4	0,5	22	106
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,77	2,8	0,2	18,5	87
Итого		73,96	29,5	31,1	78	710
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	135	10,65	3,9	3,4	5,4	72
Итого		10,65	3,9	3,4	5,4	72
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	43	2,06	0,6		3	15
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	145	12,99	9,1	8,1	46,4	295
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,33	0,2		0,5	3
Итого		16,37	9,9	8,1	49,9	313
Всего		144,73	58,6	65,1	200,1	1629

Зав. производством (шеф-повар)

*Деяшина М.А.*  
Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

*Голына* Голына Е.Г.

# МЕНЮ

15 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	15,10	6,6	7,8	23,1	190
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	7,37	2,4	6,3	16,4	133
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	185	12,15	4,5	4,9	15,3	123
<i>Итого</i>		34,63	13,5	19	54,8	446
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	145	2,78	0,1		5,9	25
<i>Итого</i>		2,78	0,1		5,9	25
<b>Обед</b>						
СУП С ЯЙЦОМ НА М.К.Б.	200	17,42	6,1	7,4	15,2	154
ИКРА МОРКОВНАЯ	155	7,59	1,8	1,8	8,1	58
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	30,24	10,5	14,1	2,1	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,75			6,5	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	1,75	2,8	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,01	1,8	0,1	10,6	50
<i>Итого</i>		59,76	22,6	23,8	60,1	540
<b>Полдник</b>						
КОФИР	120	0,94	3,7	3,2	5,1	67
<i>Итого</i>		0,94	3,7	3,2	5,1	67
<b>Ужин</b>						
МОРСОВЬ (ПОРЦИОНАЯ)	43	2,08	0,8		3	15
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАЛУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	11,93	6,4	7,3	42,7	271
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	100	1,14	0,2		0,8	3
<i>Итого</i>		15,15	9,2	7,3	48,2	289
<i>Всего</i>		122,23	69,1	63,3	172,1	1376

Зав. производством (шеф-повар)

*Дроздина*

Дроздина М.А.