

Утверждаю

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



МЕНЮ
11 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЛАДКИЙ ПЛОВ	220	6,78	2,8	3,4	33,4	175
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	35/8	4,48	2,4	0,9	23,7	112
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,77	5	5,4	18,3	143
Итого		25,02	10,2	9,7	75,4	430
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,74	0,1		1,4	8
Итого		0,74	0,1		1,4	8
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	3,09	0,4	1,9	3	33
СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУР.Б.	200	14,33	6,3	4,8	23,1	162
СУФЛЕ ИЗ КУР	140	45,70	10,5	13,7	6,6	194
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,73			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,87	3	0,2	19,6	92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	54	2,29	3,6	0,5	23,1	111
Итого		70,01	23,8	21,1	83,2	623
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	1,85				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,50	1,5	2	14,9	83
Итого		5,35	1,5	2	14,9	83
Ужин						
ЛАЗАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	33,58	16,4	11,6	33,3	306
ЧАЙ	200	0,50	0,2		0,4	2
АПЕЛЬСИН	49	9,91	0,4	0,1	4	21
Итого		44,00	17	11,7	37,7	329
Всего		145,12	52,6	44,5	212,6	1473

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голдина Е. Г.



МЕНЮ
11 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЛАДКИЙ ПЛОВ	195	5,25	2,2	2,5	26,5	138
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	35/6	3,83	2,3	0,9	21,6	104
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,37	4,2	4,6	14,8	118
Итого		20,44	8,7	8	62,9	360
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,74	0,1		1,4	8
Итого		0,74	0,1		1,4	8
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	3,09	0,4	1,9	3	33
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУР.Б.	200	6,45	2,4	3,8	17,6	115
СУФЛЕ ИЗ КУР	120	35,91	7,4	10,3	5,4	144
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	2,43			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	1,83	2,9	0,4	18,5	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,07	1,7	0,1	11,2	53
Итого		50,77	14,8	16,5	62,5	461
Полдник						
КИСЕЛЬ	140	1,55				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,50	1,5	2	14,9	83
Итого		5,04	1,5	2	14,9	83
Ужин						
ЛАЗАНКА ИЗ ТВОРОГА	155	29,09	14,1	10,1	29,1	265
ЧАЙ	180	0,54	0,2		0,4	2
ЯБЛОКО	83	10,27	0,3	0,3	8,1	39
Итого		39,90	14,6	10,4	37,6	306
Всего		116,89	39,7	36,9	179,3	1218

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина

Деяшина М.А