

Утверждаю



Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голина Е.Г.

## МЕНЮ

18 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,58	6,1	7,3	22,2	180
БУТЕРБРОДЫ МАСЛОМ	30/6	7,01	2,3	6	15,9	127
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	175	11,41	4,4	4,8	14,7	120
Итого		41,91	17,9	22,7	53,1	490
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,16	0,2	0,1	2,2	13
Итого		1,16	0,2	0,1	2,2	13
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	3,73	1	7,1	4,6	86
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	20,89	2,6	5,8	13,4	117
КУРНИК	190	21,43	7,8	4,9	52,4	286
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,47			6,9	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,72	2,7	0,4	17,4	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,99	1,6	0,1	10,4	49
Итого		51,24	15,7	18,3	105,1	649
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	140	1,45				
Итого		1,45				
<b>Ужин</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	5,71	0,4	1,9	1,6	26
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	140	5,50	4,5	4,1	28,7	170
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,27	1,5	0,6	10,6	54
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,13	0,2		0,5	3
Итого		13,61	6,6	6,6	41,4	253
Всего		109,37	40,4	47,7	201,8	1405

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А



Утверждаю

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

# МЕНЮ

18 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,18	6,7	8	24,8	199
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,68	2,3	7,7	16	143
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	195	13,81	5,3	5,6	18,1	146
Итого		47,59	19,4	25,9	59,2	551
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,18	0,2	0,1	2,2	13
Итого		1,18	0,2	0,1	2,2	13
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	75	4,00	1,1	7,6	4,9	92
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	26,12	3,2	7,1	16,7	146
КУРНИК	220	24,98	8,5	6,8	57,8	327
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,77			7,9	32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	2,15	3,4	0,5	21,7	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,74	2,8	0,2	18,2	86
Итого		61,76	19	22,2	127,2	788
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	170	1,75				
Итого		1,75				
<b>Ужин</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	5,72	0,4	1,9	1,6	26
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	160	6,34	5,1	4,7	33,1	197
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,28	1,5	0,6	10,6	54
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,31	0,2		0,5	3
Итого		14,64	7,2	7,2	45,8	280
Всего		126,91	45,8	55,4	234,4	1632

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А