

Утверждаю

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



МЕНЮ
5 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,28	6,8	8	24,7	200
ПЕЧЕНЬЕ	12	2,17	0,9	1,2	9,2	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,11	5,1	5,5	16,3	146
Итого		32,55	12,8	14,7	52,2	398
II Завтрак						
ЯБЛОКО	74	6,98	0,2	0,2	5,3	26
Итого		6,98	0,2	0,2	5,3	26
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	1,95	0,5		4,4	21
СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	250/10	16,24	6,1	8,1	18,3	171
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	2,96	3,8	2,3	26,8	144
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	75/30	52,26	16,5	6,2	5,7	146
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,90			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,02	3,2	0,4	20,4	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,93	3,1	0,2	20,1	95
Итого		79,26	33,2	17,2	103,5	708
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	1,91				
Итого		1,91				
Ужин						
СУХАРНИК	120	25,24	11,6	14,3	20,9	262
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЛУКОМ	45	3,63	0,7	1,9	3,3	34
ЧАЙ	200	0,26	0,1		0,2	
Итого		29,13	12,4	16,2	24,4	296
Всего		149,82	58,6	48,3	185,4	142

Зав. производством (шеф-повар)

Десятина

Десятина М.А.

Утверждаю



Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
5 декабря 2024 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МЯГКОКОВАЯ	180	14,75	5,1	7,4	22,1	180
ПЕЧЕНЬЕ	12	2,16	0,9	1,2	9,2	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,64	4,3	4,7	15	120
Итого		28,50	11,3	13,3	46,3	352
II Завтрак						
ЯБЛОКО	63	5,82	0,2	0,2	4,5	21
Итого		5,82	0,2	0,2	4,5	21
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	1,94	0,5		4,4	21
СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/9	13,32	4,9	6,6	15,7	141
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	100	2,47	3,1	2	22,2	120
ГРИБА ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70/30	49,72	14,5	7,4	5	128
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,69			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,62	2,5	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,10	1,8	0,1	11,5	54
Итого		67,86	27,3	14,4	81,9	570
Полдник						
КИСЕЛЬ	140	1,58				
Итого		1,58				
Ужин						
СУХАРНИК	110	23,87	11,1	13,6	19,2	245
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЛУКОМ	45	3,63	0,7	1,9	3,3	34
ЧАЙ	180	0,37	0,1		0,2	1
Итого		27,77	11,9	15,5	22,7	280
Всего		131,53	50,7	40,4	155,4	1223

Зав. производством (шеф-повар)

Ведяшина

Ведяшина М.А.