

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ	180	14,79	4,3	7,9	10,7	132
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/8/6	13,55	4,1	8,2	14,8	150
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	10,34	3,8	4,1	13,9	108
Итого		47,59	17,3	24,8	39,7	453
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,95	0,1	0,1	1,8	11
Итого		0,95	0,1	0,1	1,8	11
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	2,40	0,5	0,9	3	23
СУП РАССОЛЬНИК НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ	200/8	7,80	2,4	4	15,2	108
ПИРОЖОК С ПЕЧЕНЬ	90	31,24	18,9	7,9	35	301
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,89			6,6	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,61	2,5	0,3	16,2	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,94	1,5	0,1	9,8	46
Итого		45,88	25,8	13,2	85,8	583
Полдник						
КЕФИР	116	9,23	3,4	2,9	4,6	61
Итого		9,23	3,4	2,9	4,6	61
Ужин						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	100	12,96	3,8	8,1	16,5	154
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,15	1,4	0,5	9,6	49
КАКАО С МОЛОКОМ	270	17,19	6,6	7,2	18	165
ЯБЛОКО	47	5,81	0,2	0,2	4,6	22
Итого		37,11	12	16	48,7	390
Всего		140,77	58,6	57	180,6	1498

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ	200	16,39	4,7	8,6	11,8	146
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/9/8	16,68	4,5	10,3	14,9	171
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	12,55	4,5	4,9	17,2	132
Итого		54,53	18,8	28,4	44,2	512
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,58	0,1		1,1	7
Итого		0,58	0,1		1,1	7
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	2,39	0,5	0,9	3	23
СУП РАССОЛЬНИК НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,75	2,7	5	19,2	135
ПИРОЖОК С ПЕЧЕНЬ	105	39,14	21,8	9,1	40,8	351
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,27			7,6	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	2,01	3,2	0,4	20,3	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,65	2,6	0,2	17,2	81
Итого		57,21	30,8	15,6	108,1	718
Полдник						
КЕФИР	124	9,85	3,6	3,1	5	66
Итого		9,85	3,6	3,1	5	66
Ужин						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	115	15,13	4,5	9,2	19,4	180
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,15	1,4	0,5	9,6	49
КАКАО С МОЛОКОМ	295	20,74	8	8,7	22	201
ЯБЛОКО	47	5,81	0,2	0,2	4,6	22
Итого		42,83	14,1	18,6	55,6	452
Всего		165,00	67,4	65,7	214	1755

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А