

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 2
/Голина Е.Г.

МЕНЮ

10 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНКОЙ	90/90	50,69	21,7	13,8	24,5	312
ТОН	20/9/8	1,81	2,2	0,8	15	77
САО С МОЛОКОМ	205	14,34	5,4	5,9	18,1	150
Итого		66,84	29,3	20,5	57,6	539
II Завтрак						
ПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	165	2,81	0,1		5,7	24
Итого		2,81	0,1		5,7	24
Обед						
СА РЫБНАЯ	210/8	21,03	6,4	2,7	16,8	118
ПЕЧЕНЬ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	31,82	12,1	1,3		180
КАРРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	9,90	6,3	10,7	40,4	283
ЭМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,46			9,7	39
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	1,98	3,1	0,4	20	96
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,67	2,7	0,2	17,4	82
Итого		68,85	30,6	27	104,3	798
Полдник						
ЕФИР	125	9,83	3,6	3,1	5	65
Итого		9,83	3,6	3,1	5	65
Ужин						
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	160	21,73	13,1	7,8	58,7	359
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	3,23	0,2	2	2,6	30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,85	0,1		0,3	2
БАНАН	60	13,00	0,9	0,3	12,6	58
Итого		38,81	14,3	10,1	74,2	449
Всего		186,95	77,9	60,7	246,8	1876

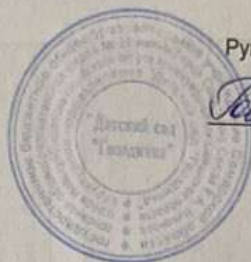
Зав. производством (шеф-повар) *ру*

Девашина М.А.

р. 168	09.10.24	Михеев Залар Магомедович	Алиева Зарина Абдурашидовна	+	+	+
--------	----------	--------------------------------	-----------------------------------	---	---	---

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНКОЙ	75/30	42,25	17,9	11,5	20,4	260
БАТОН	29/8/6	1,81	2,2	0,8	15	77
КАКАО С МОЛОКОМ	185	11,86	4,5	4,9	14,9	123
Итого		55,92	24,6	17,2	50,3	460
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	140	2,57	0,1		5,6	23
Итого		2,57	0,1		5,6	23
Обед						
УХА РЫБНАЯ	195/8	19,44	5,9	2,5	15,5	109
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	22,57	8,6	9,1		129
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	8,68	5,4	9,2	34,7	242
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,99			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	1,81	2,9	0,4	18,3	88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,95	1,5	0,1	10	47
Итого		55,45	24,3	21,3	86,3	646
Полдник						
КЕФИР	117	9,18	3,4	2,9	4,7	62
Итого		9,18	3,4	2,9	4,7	62
Ужин						
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	135	18,16	10,9	6,5	48,9	300
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	3,23	0,2	2	2,6	30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,65	0,1		0,2	2
БАНАН	60	13,00	0,9	0,3	12,6	58
Итого		35,04	12,1	8,8	64,3	390
Всего		158,16	64,5	50,2	211,2	1581

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А