

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



# МЕНЮ

6 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	14,74	4,2	7,9	10,5	131
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	31/8	9,12	4,2	3,3	15,9	111
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,15	4,2	4,6	15,1	119
<b>Итого</b>		<b>35,00</b>	<b>12,6</b>	<b>15,8</b>	<b>41,5</b>	<b>361</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,13	0,2	0,1	2,1	13
<b>Итого</b>		<b>1,13</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>2,1</b>	<b>13</b>
<b>Обед</b>						
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	20,30	6,6	8,9	19,6	185
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	6,68	2,2	2,6	15,2	92
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	38,06	12,9	14,8	1,8	193
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,54			6,7	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,62	2,5	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,92	1,5	0,1	9,6	45
<b>Итого</b>		<b>69,11</b>	<b>25,7</b>	<b>26,7</b>	<b>69,2</b>	<b>621</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	136	10,68	3,9	3,4	5,4	72
<b>Итого</b>		<b>10,68</b>	<b>3,9</b>	<b>3,4</b>	<b>5,4</b>	<b>72</b>
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	150	29,13	16,9	10	44,1	337
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,76	0,1		0,3	2
<b>Итого</b>		<b>29,89</b>	<b>17</b>	<b>10</b>	<b>44,4</b>	<b>339</b>
<b>Всего</b>		<b>145,81</b>	<b>59,4</b>	<b>56</b>	<b>162,6</b>	<b>1406</b>

Зав. производством (шеф-повар)

*Деяшина*

Деяшина М.А

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
6 декабря 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	16,45	4,7	8,7	11,7	146
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	31/10	10,01	4,4	3,6	15,9	115
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	13,32	5	5,5	17,5	141
Итого		39,78	14,1	17,8	45,1	402
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,69	0,1		1,3	8
Итого		0,69	0,1		1,3	8
<b>Обед</b>						
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	23,89	8	11,1	23,8	229
КАША ГОРОХОВАЯ	181	1,92	12,5	0,9	26,1	162
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	48,62	17,2	19,3	2,2	253
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	1,73			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,02	3,2	0,4	20,4	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,61	2,6	0,2	16,8	79
Итого		79,79	43,5	31,9	97	852
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	146	11,44	4,2	3,6	5,8	77
Итого		11,44	4,2	3,6	5,8	77
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	165	31,20	18,2	10,6	47,2	361
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,00	0,1		0,3	2
Итого		32,20	18,3	10,6	47,5	363
Всего		163,89	80,2	63,9	196,7	1702

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А