

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

(Голина Е.Г.)

МЕНЮ

18 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	16,46	7,3	9,3	24	210
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	8,80	2,2	7,9	15	140
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,54	4,8	5,1	15,9	131
Итого		46,71	19,4	26,9	55,2	544
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	170	2,91	0,1		5,5	23
Итого		2,91	0,1		5,5	23
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	2,88	0,4	2	2,7	31
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	22,30	6,9	9,7	16	183
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	95	35,42	16,3	5,8	2,1	145
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	4,49	3,4	2,1	21,8	120
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,39			9,3	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	2,16	3,4	0,5	21,8	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,77	2,8	0,2	18,5	87
Итого		71,39	33,2	20,3	92,2	708
Полдник						
СНЕЖОК	132	11,48				
Итого		11,48				
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ	120	2,61	3,9	3,5	27,7	159
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,20	1,4	0,6	9,9	51
ЧАЙ	180	0,48	0,2		0,4	2
ЯБЛОКО	45	5,62	0,2	0,2	4,4	21
Итого		9,91	5,7	4,3	42,4	233
Всего		142,40	58,4	51,5	195,3	1508

Зав. производством (шеф-повар) _____ Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е. Г.

МЕНЮ

18 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,85	6,5	8,4	21,5	190
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	7,05	2,2	6,1	15	124
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,8	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,44	4	4,3	13,2	109
Итого		41,25	17,8	23,4	50	486
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	170	2,90	0,1		5,5	23
Итого		2,90	0,1		5,5	23
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	2,87	0,4	2	2,7	31
БОРЩ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	17,66	5,5	7,9	12,4	144
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	95	31,74	13,8	7	9,8	174
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	4,11	2,9	2,1	18,7	105
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,94			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,73	2,7	0,4	17,4	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,01	1,6	0,1	10,5	50
Итого		61,06	26,9	19,5	79	618
Полдник						
СНЕЖОК	132	11,48				
Итого		11,48				
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ	100	2,18	3,2	3,2	22,9	132
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,20	1,4	0,6	9,9	51
ЧАЙ	180	0,48	0,2		0,4	2
ЯБЛОКО	45	5,63	0,2	0,2	4,4	21
Итого		9,49	5	4	37,6	206
Всего		126,18	49,8	46,9	172,1	1333

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.