

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Девяшина Е.Г.



МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	21	4,39	0,3	1,5	1,3	20
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	6,62	3,6	4,5	23,1	148
БАТОН	30	1,84	2,2	0,9	15,2	78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА	200	1,32	0,1		10,3	42
Итого		14,18	6,2	6,9	49,3	288
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,73	0,1		1,1	8
Итого		0,73	0,1		1,1	8
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	50	2,63	0,6	1,8	6,3	47
СУП РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	9,30	2,8	4,7	16,7	123
КОТЛЕТЫ КАПУСНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	170	15,97	6,2	7,4	13	168
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,99			7,3	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	2,19	3,5	0,5	22,1	107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,71	2,7	0,2	17,3	84
Итого		33,80	15,8	14,6	90,3	560
Полдник						
КЕФИР	155	12,20	4,5	3,9	6,2	82
ПЕЧЕНЬЕ	13	2,31	1	1,3	9,3	55
Итого		14,50	5,5	5,2	15,5	137
Ужин						
КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ	140	58,06	25,4	17,5	16,3	332
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	11,16	4,4	4,8	7,2	90
ЯБЛОКО	48	6,02	0,2	0,2	4,7	23
Итого		75,24	30	22,5	28,3	445
Всего		138,45	57,6	49,2	186,4	1438

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	21	4,40	0,3	1,5	1,3	20
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	5,63	3,1	3,9	19,3	126
БАТОН	30	1,84	2,2	0,9	15,2	78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗ МОЛОКА	180	0,58	0,1		3,3	13
Итого		12,45	5,7	6,3	39,3	237
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,20	0,2	0,1	2,3	13
Итого		1,20	0,2	0,1	2,3	13
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	45	2,26	0,5	1,7	5,3	41
СУП РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/8	7,89	2,4	3,9	14,7	104
КОТЛЕТЫ КАПУСНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	145	13,94	5,2	6,5	15,5	143
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,78			6,3	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,54	2,4	0,3	15,5	75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,98	1,6	0,1	10,2	48
Итого		28,39	12,1	12,5	68,5	438
Полдник						
КЕФИР	145	11,38	4,2	3,6	5,3	77
ПЕЧЕНЬЕ	13	2,31	1	1,3	9,3	55
Итого		13,69	5,2	4,9	15,5	132
Ужин						
КОРОЛЕВСКИЙ ПИРОГ	130	53,89	23,5	16,4	15,3	308
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	10,18	4	4,3	6,5	82
ЯБЛОКО	48	6,02	0,2	0,2	4,7	23
Итого		70,09	27,7	20,9	26,3	413
Всего		125,81	50,9	44,7	152,3	1233

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Деяшина М.А