

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 2

/Голина Е. Г.

# МЕНЮ

13 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ С ЯБЛОКОМ	180	5,41	2,1	2,9	17,7	107
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	6,61	2,2	5,7	15,3	121
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,60	4,1	4,4	13,5	110
Итого		31,53	13,5	17,6	46,8	401
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,00	0,1	0,1	1,8	11
Итого		1,00	0,1	0,1	1,8	11
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,75	0,9	2,8	4,3	46
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР.Б.	200	13,28	1,6	3,7	10,5	83
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОННАЯ С ПТИЦЕЙ	175	29,23	5,8	5,8	26,2	181
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,25			6,9	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	1,84	2,9	0,4	18,6	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,14	1,8	0,1	11,9	56
Итого		48,49	13	12,8	78,4	483
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	140	1,12				
Итого		1,12				
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	29	1,46	0,4		2	10
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	170	51,41	18,1	10,2	3,8	180
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,29	1,6	0,6	10,7	55
ЧАЙ	180	0,48	0,2		0,4	2
Итого		54,64	20,3	10,8	16,9	247
Всего		136,78	46,9	41,3	143,9	1142

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.

# МЕНЮ

13 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ С ЯБЛОКОМ	200	6,73	2,7	3,8	21	130
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	8,21	2,2	7,3	15,4	136
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,73	4,9	5,2	16,2	133
Итого		36,58	14,9	20,9	52,9	462
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,20	0,2	0,1	2,2	13
Итого		1,20	0,2	0,1	2,2	13
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	0,87	1	3,3	5	54
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР.Б.	200/11	14,82	1,7	5,5	12	105
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОННАЯ С ПТИЦЕЙ	190	33,15	6,6	7	29,6	208
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,50			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,11	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,71	2,7	0,2	17,9	84
Итого		55,15	15,3	16,4	93,4	584
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	170	1,34				
Итого		1,34				
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	29	1,46	0,4		2	10
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	190	58,80	20,8	11,5	4,3	206
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,29	1,6	0,6	10,7	55
ЧАЙ	180	0,48	0,2		0,4	2
Итого		62,02	23	12,1	17,4	273
Всего		156,29	53,4	49,5	165,9	1332

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А