

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ШОКОЛАДНАЯ	180	7,71	3,6	4,9	19,1	133
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	6,05	1,4	5,5	9,8	94
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	55	12,10	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	140	9,03	3,3	3,6	15,7	109
Итого		34,89	13,4	18,6	44,9	399
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,56	0,2	0,1	3	18
Итого		1,56	0,2	0,1	3	18
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ	135	9,93	2,2	11,7	11	161
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б.	200	11,25	3,5	5,8	10,4	108
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	27,43	9,7	12,6	3,6	166
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,24			11,2	45
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,36	2,1	0,3	13,8	66
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,78	1,2	0,1	8,1	38
Итого		52,99	18,7	30,5	58,1	584
Полдник						
КЕФИР	115	9,15	3,3	2,9	4,6	61
Итого		9,15	3,3	2,9	4,6	61
Ужин						
ПИРОЖОК С МОРКОВЬЮ И ЯЙЦОМ	130	14,29	8,7	7,3	39,7	258
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,89	0,3		0,5	3
ЯБЛОКО	42	5,22	0,2	0,2	4,1	20
Итого		20,40	9,2	7,5	44,3	281
Всего		119,00	44,8	59,6	154,9	1343

Зав. производством (шеф-повар)

Рыц

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./

МЕНЮ
27 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ШОКОЛАДНАЯ	200	8,59	4	5,4	21,1	148
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/8	7,66	1,4	7,1	9,9	109
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	55	12,10	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	165	10,84	3,9	4,3	18,9	131
Итого		39,19	14,4	21,4	50,2	451
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,96	0,1	0,1	1,8	11
Итого		0,96	0,1	0,1	1,8	11
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	135	8,56	6,1	11,8	14,7	190
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б.	250	14,07	4,3	7,1	12,9	135
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	27,46	9,7	12,6	3,6	166
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,77			14,1	56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,71	2,7	0,4	17,2	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,36	2,2	0,2	14,2	67
Итого		55,93	25	32,1	76,7	697
Полдник						
КЕФИР	123	9,81	3,6	3,1	4,9	65
Итого		9,81	3,6	3,1	4,9	65
Ужин						
ПИРОЖОК С МОРКОВЬЮ И ЯЙЦОМ	160	16,69	10,1	8,6	47,3	307
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	2,13	0,3		0,5	4
АПЕЛЬСИН	61	10,96	0,5	0,1	4,9	26
Итого		29,78	10,9	8,7	52,7	337
Всего		135,67	54	65,4	186,3	1561

Зав. производством (шеф-повар)

М.А. Девяшина

Девяшина М.А