

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

**МЕНЮ**

3 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ С ЯБЛОКОМ	200	5,64	1,1	3	15,6	95
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	7,57	2,2	6,6	15	129
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	9,20	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	305	21,23	8,3	9	21,5	202
Итого		43,65	16,7	23,2	52,4	489
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,10	0,2	0,1	2	12
Итого		1,10	0,2	0,1	2	12
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	75	5,85	1,1	8,1	5,3	99
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	22,75	2,6	6,3	12,7	118
КУРНИК	170	24,79	10,1	6,3	67,6	367
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,27			8,5	34
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	1,91	3	0,4	19,3	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,56	2,5	0,2	16,3	77
Итого		59,12	19,3	21,3	129,7	788
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	1,20				
Итого		1,20				
Ужин						
КОТЛЕТЫ КАПУСНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120	10,50	3,6	4,7	9,1	96
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,20	1,4	0,6	9,9	51
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,49	0,2		1,1	5
АПЕЛЬСИН	56	10,08	0,5	0,1	4,6	24
Итого		22,28	5,7	5,4	24,7	176
Всего		127,36	41,9	50	208,8	1465

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

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



Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ С ЯБЛОКОМ	180	4,79	1,1	2,3	15,5	88
БУТЕРБРОДЫ МАСЛОМ	30/6	6,15	2,2	5,2	14,9	116
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	9,20	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	275	17,57	6,9	7,5	17,6	166
Итого		37,71	15,3	19,6	48,3	433
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,91	0,1	0,1	1,7	10
Итого		0,91	0,1	0,1	1,7	10
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	5,43	1,1	7,6	4,9	92
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	18,21	2,2	5	10,2	94
КУРНИК	145	21,69	8,9	5,5	58,9	321
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,84			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,53	2,4	0,3	15,5	74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,89	1,4	0,1	9,3	44
Итого		49,59	16	18,5	105,6	652
Полдник						
КИСЕЛЬ	140	1,01				
Итого		1,01				
Ужин						
КОТЛЕТЫ КАПУСНЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	105	9,28	3,2	4,2	8,3	85
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,05	1,3	0,5	8,7	45
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,47	0,2		1	4
АПЕЛЬСИН	56	10,08	0,5	0,1	4,6	24
Итого		20,89	5,2	4,8	22,6	158
Всего		110,11	36,6	43	178,2	1253

~~Зав. производством (шеф-повар)~~

Девяшина М.А.