

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

14 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ШОКОЛАДНАЯ"	140	12,70	4,7	6,1	15,5	136
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/8	12,25	2,3	7,5	15,5	138
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,36	4,9	5,2	16,2	132
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,87	4,9	4,5	0,3	61
Итого		49,18	16,8	23,3	47,5	467
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,19	0,2	0,1	2	12
Итого		2,19	0,2	0,1	2	12
Обед						
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70	32,65	8,3	8,7	9,6	151
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	6,73			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,84	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,00	2,7	0,2	17,6	83
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	60	2,19	1,4	2,9	7,4	63
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	250	28,29	9,2	4,6	12,1	127
Итого		73,70	24,2	16,8	73,4	545
Полдник						
КЕФИР	117	12,07	3,4	2,9	4,7	62
Итого		12,07	3,4	2,9	4,7	62
Ужин						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	9,30	0,9	6,9	4,2	83
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,38	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	1,14	0,1		9,7	39
АПЕЛЬСИН	61	11,01	0,6	0,1	5	26
Итого		22,84	3,1	7,6	29,2	200
Всего		159,98	47,7	50,7	156,8	1286

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

14 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ШОКОЛАДНАЯ"	120	10,82	4	5,1	13,5	117
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	12,25	2,3	7,5	15,5	138
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,30	4	4,3	13,5	110
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,87	4,9	4,5	0,3	61
Итого		45,23	15,2	21,4	42,8	426
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,79	0,1	0,1	1,7	10
Итого		1,79	0,1	0,1	1,7	10
Обед						
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ ((ХАРЧО	250	28,28	9,2	4,6	12,1	127
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	27,97	7,1	7,5	8,3	130
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	5,50			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,84	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,14	1,5	0,1	10	47
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	40	1,46	1	1,9	5	42
Итого		66,20	21,4	14,5	60,2	459
Полдник						
КЕФИР	180	17,86	5,2	4,5	7,2	95
Итого		17,86	5,2	4,5	7,2	95
Ужин						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	9,30	0,9	7,1	4,2	84
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,77	1,6	0,2	9,8	48
АПЕЛЬСИН	61	11,01	0,6	0,1	5	26
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,77	0,2	0,1	15	60
Итого		23,84	3,3	7,5	34	218
Всего		154,93	45,2	48	145,9	1208

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А