

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

24 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	20,01	7	7,7	26,2	204
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,98	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	18,11	5,3	5,8	16,9	143
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,95	2,2	0,9	21,3	102
Итого		54,06	19,6	19	64,7	512
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	120	8,62	0,6	0,1	11,7	50
Итого		8,62	0,6	0,1	11,7	50
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	6,31	0,9	3,2	4,6	52
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ .СО СМЕТАНОЙ с гов.	180/10	29,31	3,3	7,3	11,9	126
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	200	14,26	7,6	7,1	34,7	233
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,85			9,7	39
ХЛЕБ,РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,52	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,00	2,7	0,2	17,6	83
Итого		57,25	17,8	18,2	99,7	635
Полдник						
КЕФИР	150	15,53	4,4	3,8	6	80
Итого		15,53	4,4	3,8	6	80
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	42,28	19,3	13,2	23,9	295
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,47	0,1		12,9	52
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	11,82	0,3	0,3	7,8	38
Итого		55,56	19,7	13,5	44,6	385
Всего		191,01	62,1	54,6	226,7	1662

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

24 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	18,05	6,2	7,1	23,5	184
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,98	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	15,10	4,5	4,9	14,8	121
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	4,89	2,4	0,9	25,3	118
Итого		50,01	18,2	17,5	63,9	486
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	110	7,90	0,6	0,1	10,8	46
Итого		7,90	0,6	0,1	10,8	46
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	6,31	0,9	3,2	4,6	52
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ .СО СМЕТАНОЙ с гов.	150/10	26,21	3,1	6,7	10	113
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	155	12,42	7,6	5,9	34,3	221
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	2,51			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,02	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,14	1,5	0,1	10	47
Итого		50,61	15,7	16,3	85,6	554
Полдник						
КЕФИР	150	6,99	4,4	3,8	6	80
Итого		6,99	4,4	3,8	6	80
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	42,28	19,3	13,2	23,9	295
ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,30	0,1		11,5	47
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	11,82	0,3	0,3	7,8	38
Итого		55,39	19,7	13,5	43,2	380
Всего		170,90	58,6	51,2	209,5	1546

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А