

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

12 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	10	26,8	224
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,5	15,5	138
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	5,2	16,2	132
Итого		18,5	27,3	58,8	557
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,1		4,4	19
Итого		0,1		4,4	19
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	70	0,7	4,4	5,1	64
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	6,2	9,2	16,9	175
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	130	17,5	14,8	21,4	307
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого		29,3	29	83,3	730
Полдник					
СНЕЖОК	118				
Итого					
Ужин					
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,2	4,6	12,7	103
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	9,6	11,6	5,6	165
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		0,4	4
ЯБЛОКО	76	0,3	0,3	7,4	36
Итого		13,8	17,1	36,4	360
Всего		61,7	73,4	182,9	1666

Зав. производством (шеф-повар)

Сейф

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. /Голоина Е.Г./

МЕНЮ 12 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	180	0,18	5,6	9	24,1	202
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/6	0,00	2,4	5,3	14,7	116
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	0,00	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,00	4	4,3	13,5	110
Итого		0,18	17,1	23,2	52,6	491
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	120	0,00	0,1		3,5	15
Итого		0,00	0,1		3,5	15
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,00	0,6	3,1	3,7	45
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	1,95	4,9	7,4	13,5	140
ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	110	0,00	14,9	12,4	18,2	259
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,11			7	28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,3	0,3	14,8	71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,1	10	47
Итого		2,06	24,2	23,3	67,2	590
Полдник						
СНЕЖОК	118	0,00				
Итого		0,00				
Ужин						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	140	1,85	2	4	11,3	91
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	68	0,00	8,8	10,4	4,9	148
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,03	0,1		0,3	2
ЯБЛОКО	76	0,00	0,3	0,3	7,4	36
БАТОН	50	0,00	3,8	1,5	25,7	131
Итого		1,88	15	16,2	49,6	408
Всего		4,12	56,4	62,7	172,9	1504

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.