

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
6 февраля 2025 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	16,20	4,6	7,8	11,4	136
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	10,30	4,4	3,7	15,4	114
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190	13,51	5	5,3	17,5	140
Итого		40,00	14	16,8	44,3	390
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	109	7,38	0,5	0,1	10,7	45
Итого		7,38	0,5	0,1	10,7	45
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	25	1,83	0,4	2,1	4,7	39
СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	250/15	14,56	5,5	7,4	18,9	164
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	175	60,40	22,1	15,3	7,3	257
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,30			9,2	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	1,88	3	0,4	19	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,43	2,3	0,2	14,9	71
Итого		82,40	33,3	25,4	74	660
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	140	1,15				
Итого		1,15				
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	5,48	0,6	2	3,1	33
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	115	7,50	2,3	2,4	19,4	109
БАТОН	20	1,22	1,5	0,6	10,1	51
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,89	0,2		0,5	4
АПЕЛЬСИН	55	9,92	0,5	0,1	4,5	24
Итого		26,01	5,1	5,1	37,6	221
Всего		156,95	52,9	47,4	166,6	1316

За производство (шеф-повар)

*Федя*

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голышова* /Голина Е.Г./



# МЕНЮ

6 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	14,60	4,1	7,1	10,3	122
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	9,28	4,1	3,4	15,4	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190	13,49	5	5,3	17,5	140
Итого		37,38	13,2	15,8	43,2	371
<b>II Завтрак</b>						
СОСИСКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	104	6,93	0,5	0,1	10	43
Итого		6,93	0,5	0,1	10	43
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	25	1,82	0,4	2,1	4,7	39
СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/14	12,68	4,8	6,1	16	139
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	155	48,78	17,4	10,6	5,5	189
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,87			7,4	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,51	2,4	0,3	15,2	73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,43	2,3	0,2	14,9	71
Итого		68,09	27,3	19,3	63,7	541
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	140	1,16				
Итого		1,16				
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	5,48	0,6	2	3,1	33
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	95	6,27	2,1	1,7	17,5	94
БАТОН	20	1,22	1,5	0,6	10,1	51
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,39	0,2		0,4	3
АПЕЛЬСИН	55	9,92	0,5	0,1	4,5	24
Итого		24,27	4,9	4,4	35,6	205
Всего		137,82	45,9	39,6	152,5	1160

За производство (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А