

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина /Голина Е.Г./

МЕНЮ

26 марта 2025 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,71	6,8	8,1	22,6	190
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,22	4,8	5,1	14	122
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/8	5,46	1,6	6,3	10,9	107
Итого		33,39	13,2	19,5	47,5	419
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	178	12,10	0,9	0,2	18	77
Итого		12,10	0,9	0,2	18	77
Обед						
ЩИ НА М.К.БУЛЬОНЕ. СО СМЕТАНОЙ	180/9	13,88	4,2	5,8	15	129
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	34,35	15,1	15,7	14	274
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ПОДЛИВОМ.	145	6,38	5,9	5,8	36,8	223
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,44			6,6	26
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	0,00	2,7	0,4	17,3	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	0,30	2,6	0,2	17	80
Итого		57,35	30,5	27,9	106,7	815
Полдник						
КЕФИР	107	8,52	3,1	2,7	4,3	57
ПЕЧЕНЬЕ	15	2,50	1,1	1,5	11,3	63
Итого		11,02	4,2	4,2	15,6	120
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	170	17,86	5,7	6,3	25,1	181
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,00	1	0,4	7,2	37
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,56	0,1	0,1	8,4	37
Итого		18,42	6,8	6,8	40,7	255
Всего		132,27	55,6	58,6	228,5	1686

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

26 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	15,04	7,6	8,4	26,7	214
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,94	3,9	4,2	10,8	99
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/6	4,10	1,3	4,8	9	85
КАША ГРЕЧНЕВАЯ (АЛЛЕРГ)	150	2,00	4,1	1,1	18,2	99
Итого		32,07	16,9	18,5	64,7	497
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	148	10,08	0,7	0,1	15	64
Итого		10,08	0,7	0,1	15	64
Обед						
ЩИ НА М.К.БУЛЬОНЕ. СО СМЕТАНОЙ	150/8	11,57	3,4	4,9	12,5	108
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	30,97	13,7	14,1	12,8	247
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ПОДЛИВОМ.	120	5,26	4,8	4,7	30,7	186
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,82			6,3	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	0,00	2,2	0,3	13,9	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,00	1,5	0,1	9,7	46
Итого		49,62	25,6	24,1	85,9	679
Полдник						
КЕФИР	100	7,95	2,9	2,5	4	53
ПЕЧЕНЬЕ	15	2,50	1,1	1,5	11,3	63
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (АЛЛЕРГ)	58	3,96	0,5	0,1	9,9	43
Итого		14,41	4,5	4,1	25,2	159
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	17,88	5,7	6,3	25,1	181
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,00	1	0,4	7,2	37
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,40	0,1		6,2	27
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕН С МЯСОМ.(АЛЛЕРГ)	200	5,42	1,4	0,3	11	52
Итого		23,70	8,2	7	49,5	297
Всего		129,89	55,9	53,8	240,3	1696

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.