

Утверждаю

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



# МЕНЮ

3 марта 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ с маслом	180/10	16,40	6,2	7,4	22,3	181
БУТЕРБРОДЫ МАСЛОМ	30/6	7,53	2,3	5,9	15,4	124
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,61	4,5	4,9	14,8	121
<b>Итого</b>		<b>37,54</b>	<b>13</b>	<b>18,2</b>	<b>52,5</b>	<b>426</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	10,77	0,8	0,2	14,7	63
<b>Итого</b>		<b>10,77</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>63</b>
<b>Обед</b>						
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР. Б. СО СМЕТАНОЙ	200/8	15,66	2,3	5,9	10,9	108
КУРНИК	140	18,04	10,1	6,2	68,5	371
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	4,04	0,6	2	3	34
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,32			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
<b>Итого</b>		<b>43,04</b>	<b>17,1</b>	<b>14,6</b>	<b>117,2</b>	<b>673</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	150	4,95				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,63	1,5	2	14,9	83
<b>Итого</b>		<b>8,58</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>14,9</b>	<b>83</b>
<b>Ужин</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ ( баклажанная)	40	8,00	0,6	2,7	2,3	37
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	11,70	2,7	2,2	22,1	119
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,88	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,41	0,1		12,8	52
ЯБЛОКО	70	19,24	0,3	0,3	6,9	33
<b>Итого</b>		<b>42,24</b>	<b>5,2</b>	<b>5,8</b>	<b>54,4</b>	<b>293</b>
<b>Всего</b>		<b>142,16</b>	<b>37,6</b>	<b>40,8</b>	<b>253,7</b>	<b>1538</b>

Зав. производством (шеф-повар)

*Деяшина М.А.*

Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



# МЕНЮ

3 марта 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,19	6,8	8	24,8	201
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	9,02	2,3	7,5	15,5	138
КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,53	5,4	5,8	18,1	148
Итого		43,74	14,5	21,3	58,4	487
<b>II Завтрак</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	12,92	0,9	0,2	17,7	75
Итого		12,92	0,9	0,2	17,7	75
<b>Обед</b>						
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/10	19,60	2,9	7,6	13,8	135
КУРНИК	160	20,66	11,5	7,1	78,3	424
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	4,04	0,6	2	3	34
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,18			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,30	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,99	2,7	0,2	17,6	83
Итого		50,78	21	17,3	143,6	817
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180	3,30				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,63	1,5	2	14,9	83
Итого		6,93	1,5	2	14,9	83
<b>Ужин</b>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ( или баклажанная)	40	11,42	0,9	3,9	3,4	52
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	13,50	3	3	24,3	137
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,38	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,27	0,1		12,8	52
ЯБЛОКО	80	11,23	0,3	0,3	7,8	38
Итого		37,81	5,8	7,8	58,6	331
Всего		152,18	43,7	48,6	293,2	1793

Зав. производством (шеф-повар)

*Д.А.*

Девяшина М.А