

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голоина Е.Г.

МЕНЮ
17 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200	2,36	6	6,5	25,2	185
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	208	0,00	1,8	3,8	12,8	92
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,07	4,8	6,1	18,9	130
Итого		3,42	12,6	15,4	53,7	407
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	175	11,89	0,9	0,2	17,2	73
Итого		11,89	0,9	0,2	17,2	73
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,00	0,2		0,3	3
СВЕКОЛЬНИК НА КУР Б. СО СМЕТАНОЙ	180	9,73	2,2	4,5	14	104
ТУШЕННАЯ КАПУСТА С ПТИЦЕЙ	170	28,38	1,6	3,7	5	61
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,66			9,5	38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	0,00	3,1	0,4	19,8	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,7	0,2	17,8	83
Итого		39,76	9,8	8,8	66,2	384
Полдник						
КИСЕЛЬ	175	2,31				
ПЕЧЕНЬЕ		0,00				
Итого		2,31				
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,22	5,1	4,8	0,3	63
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	125	9,91	9,4	5,2	37,5	234
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,80	0,1		6,7	36
Итого		20,93	14,6	9,8	46,5	333
Всего		77,31	37,9	34,2	183,6	1197

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.



МЕНЮ
17 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150	2,13	6,5	5,9	22,7	166
КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,89	3,9	4,2	13,3	108
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	256	0,00	1,8	3	12,6	85
КАША РИСОВАЯ (АЛЛЕРГ.)	155	3,13	2	0,3	21,8	98
Итого		6,15	13,2	13,4	70,4	457
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	146	9,91	0,7	0,1	14,3	61
Итого		9,91	0,7	0,1	14,3	61
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,00	0,2		0,3	3
СВЕКОЛЬНИК НА КУР. Б. СО СМЕТАНОЙ	150	8,10	1,9	3,7	11,5	87
ТУШЕННАЯ КАПУСТА С ПТИЦЕЙ	180	22,43	1,4	3,6	4,8	58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,49			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	0,00	2,9	0,4	17,6	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,1	10,1	48
Итого		33,02	7,8	7,8	52	312
Полдник						
КИСЕЛЬ	145	1,93				
ПЕЧЕНЬЕ		0,00				
Итого		1,93				
Ужин						
ЯЙЦА БАРЕНЫЕ	40	10,23	5,1	4,6	0,3	63
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ	95	5,72	7,4	3,9	28,8	180
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,72	0,1		7,9	32
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (АЛЛЕРГ.)	150	0,00	0,7		1,7	11
Итого		16,66	13,3	8,5	38,7	286
Всего		87,67	35	29,8	175,4	1118

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А