

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./

**МЕНЮ**

28 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ	200/15	19,99	6,1	9	18	179
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9	10,31	4,9	4,1	15,4	119
КАКАО С МОЛОКОМ	200	17,86	5,4	5,8	18,1	148
Итого		48,17	16,4	18,9	51,5	446
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,19	0,2	0,1	2	12
Итого		2,19	0,2	0,1	2	12
Обед						
УХА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ	190/8	28,54	8,7	2,7	14,9	120
РЫБИЙ ГЛАЗ	115	53,69	17,8	7,9	1,7	150
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	70	17,70	1,5	5,4	10,8	97
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,85			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,30	3,3	0,4	21,2	102
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,00	2,7	0,2	17,6	83
Итого		107,08	34	16,6	75,9	591
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	3,56				
ГРЕНКИ ИЗ батона	20	1,94	2,3	0,9	15,7	80
Итого		5,50	2,3	0,9	15,7	80
Ужин						
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	6,83	5,1	4,9	32,1	162
ФАРШ ТВОРОЖНЫЙ (ДЛЯ ВАТРУШЕК, ПИРОЖКОВ И ВАРЕНИКОВ)	45	2,16	21,7	10,9	13,2	241
ЧАЙ С САХАРОМ	190/15	1,65	0,2		13,1	53
ЯБЛОКО	76	20,90	0,3	0,3	7,4	36
Итого		31,54	27,3	16,1	65,8	492
Всего		194,47	80,2	52,6	210,9	1621

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А