

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	180	6,06	6,9	8	29,8	220
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/9	1,71	1,1	0,4	14	64
КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,74	4,5	4,8	12,3	111
Итого		8,52	12,5	13,2	56,1	395
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	105	7,16	0,5	0,1	10,6	45
Итого		7,16	0,5	0,1	10,6	45
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	45	5,92	0,4	3,6	3,4	49
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180/10	37,62	6,3	10,4	14,1	176
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	185	44,81	15,2	9,3	21,3	246
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,30			5,3	21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	0,00	3,1	0,4	20	96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	0,00	2,6	0,2	16,9	80
Итого		90,64	27,6	23,9	81	668
Полдник						
КЕФИР	152	0,00	4,4	3,8	6,1	80
Итого		0,00	4,4	3,8	6,1	80
Ужин						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	185	34,98	6,4	8,8	14,2	164
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,00	0,7	0,3	5	25
ЧАЙ	180	0,82	1,3		2,6	15
ЯБЛОКО	82	12,05	0,3	0,3	8	38
Итого		47,86	8,7	9,4	29,8	242
Всего		154,18	53,7	50,4	183,6	1430

Зав. производством (шеф-повар)

Деяшина М.А.

Деяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"	965	76,53	10,7	804,6	32,4	7418
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	15/8	1,43	0,9	0,4	11,7	54
КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,81	4	4,3	12,9	108
Итого		78,77	15,6	809,3	57	7580
II Завтрак						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	105	7,16	0,5	0,1	10,6	45
Итого		7,16	0,5	0,1	10,6	45
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	25	3,26	0,2	0,2	2	12
СУП МОЗАЙКА НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	140/9	23,91	5,1	8,2	11,3	141
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	180	55,75	23	9,6	19	279
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,91			4,4	18
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	0,00	2,7	0,4	17,5	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	0,00	1,7	0,1	11,3	53
Итого		84,83	32,7	18,5	65,5	587
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	0,00	4,7	5,1	7,6	96
Итого		0,00	4,7	5,1	7,6	96
Ужин						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	155	24,94	5,3	7,2	12,4	138
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,00	0,7	0,3	5	25
ЧАЙ	180	0,69	1,1		2,1	13
ЯБЛОКО	82	12,05	0,3	0,3	8	38
Итого		37,68	7,4	7,8	27,5	214
Всего		208,45	60,9	840,8	168,2	8522

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А