

Утверждаю



Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,85	5	7,3	10,8	132
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	9,87	1,7	7,2	11,7	118
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,20	5,1	4,6	0,3	63
КФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,61	5,2	5,6	18,8	148
Итого		24,53	17	24,7	41,6	461
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,95	0,1	0,1	23,8	97
Итого		4,95	0,1	0,1	23,8	97
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,00	0,2		0,3	3
ЩИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250/9	36,47	6,9	10,8	10	167
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	160	86,61	17	20,8	28,7	370
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,57			7,7	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,08	3	0,4	19,2	92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,84	2,5	0,2	16,2	77
Итого		129,58	29,6	32,2	82,1	740
Полдник						
КЕФИР	124	0,00	5,4	0,2	7,2	56
Итого		0,00	5,4	0,2	7,2	56
Ужин						
СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)	28	1,34	0,4		2,5	12
ТВОРОЖЕННЫЕ ПАЛОЧКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	125/10	49,84	23,8	16,3	24,8	345
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	5,48	0,4	0,2	17,5	82
ЯБЛОКО	96	14,15	0,4	0,4	9,4	45
Итого		70,81	25	16,9	54,2	484
Всего		229,87	77,1	74,1	208,9	1838

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

/Голина Е.Г./

Ясли 12 часов

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.