

МЕНЮ 24 марта 2025 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	10,25	5,1	4,5	0,3	60
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,71	6,3	7,2	24,4	189
БУЛЕНБРОДЫ С МАСЛОМ	250	5,38	2	6,4	13,7	121
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,34	4,3	4,7	17	128
Итого		20,63	17,7	22,8	55,4	567
II Завтрак						
НАПИТОК РАБОЧНИЙ	180	4,38	0,1	0,1	23,8	97
Итого		4,38	0,1	0,1	23,8	97
Обед						
СУП С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. Б. СО СМЕТАНОЙ	180	17,02	2,3	6,1	13	119
ПЛОДЫ ИЗ КУР.	210	27,60	2,9	8,4	28,3	200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,38			6,7	27
КОФЕ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	0,29	2,5	0,2	16,4	78
КОФЕ РАЖНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,8	0,3	16,8	61
Итого		47,67	10,5	15	61,2	505
Полдник						
КОФЕ	175	2,48				
Итого		2,48				
Ужин						
КОРНИШЬ (ПОРЦИОН)	62	0,80	0,8	0,1	4,3	22
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛИЗНЫМ МАСЛОМ	130,7	47,03	22,7	16,7	23,5	339
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,57	0,3	0,1	10,2	48
Итого		47,59	23,8	16,9	38	409
Всего		122,63	51,9	54,9	198,4	1512

Зав. производством (шеф-повар)

Давышова М.А.

УТВЕРЖДАЮ

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21

Галина Е.Г.

МЕНЮ

24 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,7	5,4	18,5	143
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3	3,2	11,6	88
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	2	5,1	13,6	108
КАША ГРЕЧНЕВАЯ (АЛЛЕРГ)	150	4,1	1,1	18,2	90
Итого		18,9	19,4	62,2	50
II Завтрак					
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	81
Итого		0,1	0,1	19,7	81
Обед					
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. Б. СО СМЕТАНОЙ	150	1,6	4,2	8,8	78
ПЛОВ ИЗ КУР	180	2,9	8,4	28,3	200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			4,8	19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,1	0,3	13,4	65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,1	9,4	44
Итого		8	13	64,6	406
Полдник					
КИСЕЛЬ	145				
Итого					
Ужин					
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	63	0,7	0,1	3,7	19
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115	21,3	15,5	22,8	319
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	7,7	36
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНИ С МЯСОМ (АЛЛЕРГ)	180	1,1	0,2	9	43
Итого		23,3	15,9	43,2	417
Всего		60,3	48,4	189,9	1405

Зав. производством (шеф-повар)

Девячина М.А.