

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голоина Е.Г.

# МЕНЮ 14 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                          | Выход  | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                             |        |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                     |        |            |                   |         |             |                               |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                       | 180    | 18,85      | 6,2               | 7,9     | 26,8        | 204                           |
| КАКАО НА МОЛОКЕ                             | 180    | 12,40      | 4,9               | 5,1     | 13,5        | 121                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                         | 308    | 5,02       | 2,1               | 7,2     | 14,4        | 131                           |
| Итого                                       |        | 36,28      | 13,2              | 20,2    | 54,7        | 456                           |
| II Завтрак                                  |        |            |                   |         |             |                               |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ                    | 146    | 9,91       | 0,7               | 0,1     | 14,7        | 63                            |
| Итого                                       |        | 9,91       | 0,7               | 0,1     | 14,7        | 63                            |
| Обед                                        |        |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                   | 45     | 16,96      | 0,8               | 1,9     | 1,4         | 26                            |
| СУП ОВОЩНОЙ НА КУР Б. СО СМЕТАНОЙ           | 180/10 | 52,16      | 2,2               | 5,8     | 11,3        | 107                           |
| ЭРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПТИЦЕЙ                 | 135    | 137,72     | 4,8               | 11,1    | 26,3        | 224                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 180    | 2,55       |                   | —       | 6,6         | 27                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 35     | 0,00       | 2,6               | 0,2     | 17,4        | 82                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 35     | 0,00       | 2,3               | 0,3     | 14,9        | 72                            |
| Итого                                       |        | 211,39     | 12,7              | 19,3    | 78,1        | 540                           |
| Полдник                                     |        |            |                   |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ                                      | 170    | 1,89       |                   |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЬЕ                                     | 13     | 2,18       | 1                 | 1,3     | 9,5         | 53                            |
| Итого                                       |        | 4,07       | 1                 | 1,3     | 9,5         | 53                            |
| Ужин                                        |        |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ                     | 55     | 7,03       | 0,5               | 4,8     | 4,5         | 64                            |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ     | 140/10 | 59,95      | 26                | 16,7    | 34,9        | 397                           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                 | 180    | 2,33       | 0,2               | 0,1     | 5,5         | 26                            |
| Итого                                       |        | 69,31      | 26,7              | 21,6    | 45          | 489                           |
| Всего                                       |        | 330,95     | 54,3              | 62,5    | 202         | 1601                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голоина Е.Г.

# МЕНЮ 14 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                      | Выход  | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                         |        |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                 |        |            |                   |         |             |                               |
| ША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                     | 150    | 14,21      | 4,7               | 6       | 19,8        | 153                           |
| КАО НА МОЛОКЕ                           | 150    | 9,82       | 3,7               | 4       | 11,4        | 97                            |
| ТЕРЕБРОДЫ С МАСЛОМ                      | 25/6   | 3,77       | 1,7               | 5,5     | 11,9        | 104                           |
| ША РИСОВАЯ ( АЛЛЕРГ )                   | 155    | 2,90       | 1                 | 0,1     | 9,7         | 44                            |
| го                                      |        | 30,50      | 11,1              | 15,6    | 52,8        | 398                           |
| II Завтрак                              |        |            |                   |         |             |                               |
| КИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ                  | 97     | 6,61       | 0,5               | 0,1     | 9,8         | 42                            |
| го                                      |        | 6,61       | 0,5               | 0,1     | 9,8         | 42                            |
| Обед                                    |        |            |                   |         |             |                               |
| ПАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ:                | 45     | 18,96      | 0,8               | 1,9     | 1,4         | 28                            |
| Т ОВОЩНОЙ НА КУР Б СО СМЕТАНОЙ          | 150    | 49,03      | 2,2               | 4       | 11,5        | 91                            |
| ЛЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ПТИЦЕЙ               | 135    | 138,51     | 5                 | 9,5     | 25,3        | 210                           |
| МПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ТАМИНОМ "С" | 150    | 2,11       |                   |         | 5,8         | 23                            |
| ББ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 30     | 0,00       | 2,3               | 0,2     | 14,9        | 70                            |
| ББ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 28     | 0,00       | 1,9               | 0,2     | 11,9        | 57                            |
| го                                      |        | 208,60     | 12,2              | 15,8    | 71,8        | 479                           |
| Полдник                                 |        |            |                   |         |             |                               |
| СЕЛЬ                                    | 140    | 1,58       |                   |         |             |                               |
| ЧЕНЬЕ                                   | 13     | 2,18       | 1                 | 1,3     | 9,5         | 53                            |
| го                                      |        | 3,75       | 1                 | 1,3     | 9,5         | 53                            |
| Ужин                                    |        |            |                   |         |             |                               |
| ПАТ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ                   | 40     | 5,02       | 0,4               | 3,5     | 3,2         | 46                            |
| РНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ ЯЛОКОМ    | 115/10 | 48,40      | 20,7              | 13,3    | 26,9        | 313                           |
| ПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА               | 150    | 1,96       | 0,2               | 0,1     | 5,1         | 25                            |
| ША ГРЕЧНЕВАЯ ( АЛЛЕРГ )                 | 150    | 1,33       | 1,1               | 0,3     | 4,8         | 26                            |
| го                                      |        | 56,70      | 22,4              | 17,2    | 40          | 410                           |
| го                                      |        | 306,16     | 47,2              | 50      | 183,9       | 1382                          |

ав. производством (шеф-повар)

Девячина М.А