

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Горюха Е.Г.

МЕНЮ 28 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,35	7,4	8,3	28,4	219
КАКАО С МОЛОКОМ	180	13,86	5,3	5,7	14	132
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25	4,50	3,7	3,3	11,8	92
Итого		32,70	16,4	17,3	54,2	443
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	156	10,68	0,8	0,2	15,2	65
Итого		10,68	0,8	0,2	15,2	65
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	28	12,14	0,8	3,4	1,2	39
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР. Б. СО СМЕТАНОЙ	180/10	59,54	2	6,2	11,3	110
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ПТИЦЕЙ	190	52,50	6,1	10	20,8	199
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	2,67			6,8	27
ХЛЕБ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,7	0,2	17,4	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	0,00	2,6	0,3	16,6	80
Итого		126,85	14	20,1	74,1	537
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	2,11				
Итого		2,11				
Ужин						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	145	46,37	13,6	9,8	3,9	161
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,00	1,4	0,6	9,8	50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,83	0,1		5,2	26
Итого		48,20	15,1	10,4	19,9	237
Всего		220,43	46,3	48	163,4	1282

Зав. производством (шеф-повар)

Девякина М.А.



МЕНЮ
28 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	10,93	5,6	6,2	21,4	165
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,77	4,2	4,5	11,4	103
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	20	4,00	3,2	2,9	9,8	78
КАША РИСОВАЯ (АЛЛЕРГ)	155	2,17	0,7	0,1	7,3	33
Итого		27,87	13,7	13,7	49,9	379
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	129	8,80	0,6	0,1	13,1	56
Итого		8,80	0,6	0,1	13,1	56
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	25	7,11	0,3	2,4	0,8	27
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР Б.СО СМЕТАНОЙ	150	41,68	1,4	4	7,7	72
ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ПТИЦЕЙ	165	48,57	5,7	9	18,4	179
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	150	2,08			5,8	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,00	2,3	0,2	14,9	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	0,00	2,1	0,3	13,3	64
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (АЛЛЕРГ)	125	20,38	0,5	0,1	4	19
Итого		119,82	12,3	16	54,9	455
Полдник						
КИСЕЛЬ	145	1,76				
Итого		1,76				
Ужин						
РЫБА ПО СВЕТЛАНОВСКИ	125	40,58	11,6	8,8	3,4	140
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,00	1,4	0,6	9,8	50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,86	0,1		5,1	21
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ(АЛЛЕРГ)	185	4,20	1,1	0,1	2,8	17
Итого		45,64	14,5	9,5	21,1	228
Всего		203,89	41,1	38,3	149	1118

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.