

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	165	17,45	6,4	6,8	25	189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	14,32	4,2	4,7	13,2	113
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	7,38	1,8	6,5	12,6	117
Итого		39,15	12,4	18	50,8	419
II Завтрак						
ЯБЛОКО	82	9,21	0,3	0,3	8,1	39
Итого		9,21	0,3	0,3	8,1	39
Обед						
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	180	51,98	6	8,9	8,1	135
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	40,85	10,7	7,5	0,8	113
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОМ	150	12,17	3,7	5,2	34,2	199
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.	180	2,57			6,4	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	0,00	2,8	0,2	18,7	88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	0,00	2,5	0,3	16,1	77
Итого		107,58	25,7	22,1	84,3	638
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	2,04				
Итого		2,04				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	54	6,26	0,7	0,1	3,7	19
ОМЛЕТ	135	63,62	6,8	11,7	1,8	140
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,00	1,2	0,5	8,3	43
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,47	0,2	0,1	8,9	41
Итого		72,35	8,9	12,4	22,7	243
Всего		230,33	47,3	52,8	165,9	1339

Зав. производством (шеф-повар)

Фир

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.



МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	140	14,57	5,4	5,7	20,9	158
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	135	11,94	3,5	3,9	11,2	95
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/8	5,29	1,5	6,2	10,5	104
КАША ГРЕЧНЕВАЯ (АЛЛЕРГ)	150	1,43	1,2	0,3	5,1	28
Итого		33,23	11,6	16,1	47,7	385
II Завтрак						
ЯБЛОКО	68	7,68	0,3	0,3	6,7	32
Итого		7,68	0,3	0,3	6,7	32
Обед						
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	43,31	4,8	7,3	6,7	112
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	30,63	8	5,6	0,6	85
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОМ	130	8,90	3	4,4	28,8	168
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	2,06			6,2	25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	0,00	2,4	0,2	16	76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,00	2	0,3	12,8	62
Итого		84,90	20,2	17,8	71,1	528
Полдник						
КИСЕЛЬ	145	1,70				
Итого		1,70				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	38	4,47	0,5		2,7	14
ОМЛЕТ	135	52,86	5,8	10,8	1,8	127
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	3,08	0,3	0,1	9	43
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,00	1,2	0,5	8,3	43
Итого		60,42	7,8	11,4	21,8	227
Всего		187,92	39,9	45,6	147,3	1172

Зав. производством (шеф-повар)

Д7

Девяшина М.А