

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина /Голина Е.Г./

МЕНЮ

19 мая 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	180	16,63	7,1	8,1	26,4	209
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,79	5	5,5	14,8	129
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,37	2,2	7,6	15,4	139
Итого		36,79	14,3	21,2	56,4	477
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	140	9,54	0,7	0,1	14,2	60
Итого		9,54	0,7	0,1	14,2	60
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ.	27	6,45	0,3		0,7	4
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ.	180/10	54,94	1,8	5,8	10,1	101
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ.	175	33,63	3	7,6	29,2	197
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	2,70			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,7	0,2	17,5	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,3	0,3	15	72
Итого		97,72	10,1	13,9	79,3	484
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	1,91				
ПЕЧЕНЬЕ	16	2,78	1,2	1,6	12,1	68
Итого		4,68	1,2	1,6	12,1	68
Ужин						
САЛАТ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ	45	5,80	0,4	4,7	3,7	60
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/10	13,91	24,7	16,7	25,1	353
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,26	0,2	0,1	4,6	24
Итого		21,98	25,3	21,5	33,4	437
Всего		170,72	51,6	58,3	195,4	1526

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голоина Е.Г. /Голоина Е.Г./



МЕНЮ

19 мая 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	150	12,54	5,4	6	19,5	156
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	9,56	3,6	3,8	10,9	93
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/6	4,78	1,9	5,7	12,8	111
КАША ГРЕЧНЕВАЯ (АЛЛЕРГ)	150	1,46	1,2	0,3	5,2	28
Итого		28,34	12,1	15,8	48,4	388
II Завтрак						
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	117	7,95	0,6	0,1	11,8	50
Итого		7,95	0,6	0,1	11,8	50
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ.	19	4,60	0,2		0,5	3
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ.	150	56,43	1,7	4	10,2	84
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ.	155	29,66	2,6	6,5	25,8	173
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	2,25			5,8	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,00	2,3	0,2	15	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	0,00	1,9	0,2	12	58
Итого		92,94	8,7	10,9	69,3	412
Полдник						
КИСЕЛЬ	140	1,59				
ПЕЧЕНЬЕ	16	2,77	1,2	1,6	12,1	68
Итого		4,36	1,2	1,6	12,1	68
Ужин						
САЛАТ МОРКОВЬ С ЯБЛОКОМ	35	4,14	0,3	3,4	2,7	43
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115/10	11,24	19,8	13,3	20,5	284
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,89	0,2	0,1	4,1	21
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ(АЛЛЕРГ)	180	3,90	1	0,1	2,6	16
Итого		21,17	21,3	16,9	29,9	364
Всего		154,77	43,9	45,3	171,5	1282

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А