

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голкина /Голина Е.Г./**МЕНЮ**

27 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                     | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                        |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                        | 25    | 7,27       | 0,5               | 2,5     | 2,1         | 33                            |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                      | 125   | 6,44       | 3,4               | 3,4     | 21,9        | 132                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ             | 145   | 10,38      | 3,8               | 4,1     | 11,3        | 99                            |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                    | 25/6  | 5,85       | 1,8               | 5,3     | 12,1        | 103                           |
| ЧЕРА РИСОВАЯ ( АЛЛЕРГ )                | 155   | 2,56       | 0,8               | 0,1     | 8,6         | 39                            |
| Итого                                  |       | 32,50      | 10,3              | 15,4    | 56          | 406                           |
| II Завтрак                             |       |            |                   |         |             |                               |
| ЯБЛОКО                                 | 55    | 6,16       | 0,2               | 0,2     | 5,4         | 26                            |
| Итого                                  |       | 6,16       | 0,2               | 0,2     | 5,4         | 26                            |
| Обед                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ      | 150   | 25,59      | 2,8               | 4,6     | 5,6         | 75                            |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                      | 50    | 21,05      | 5,9               | 10,2    | 6,2         | 139                           |
| ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ                     | 105   | 9,60       | 3,4               | 4,9     | 15,6        | 120                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 150   | 2,43       |                   |         | 4,8         | 19                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 29    | 0,00       | 2,2               | 0,2     | 14,5        | 68                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 30    | 0,00       | 2                 | 0,3     | 12,8        | 62                            |
| Итого                                  |       | 58,68      | 16,3              | 20,2    | 59,5        | 483                           |
| Полдник                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ВАРЕНЕЦ                                | 103   | 10,49      |                   |         |             |                               |
| ПРЕК ЯБЛОЧНЫЙ ( АЛЛЕРГ )               | 30    | 2,06       | 0,5               | 0,1     | 9,9         | 43                            |
| Итого                                  |       | 12,55      | 0,5               | 0,1     | 9,9         | 43                            |
| Ужин                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 100   | 47,89      | 19,7              | 13,4    | 22          | 290                           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА            | 150   | 2,01       | 0,2               | 0,1     | 4,3         | 22                            |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ.( АЛЛЕРГ )   | 110   | 12,44      | 0,3               | 0,1     | 2,4         | 11                            |
| Итого                                  |       | 62,34      | 20,2              | 13,6    | 28,7        | 323                           |
| Всего                                  |       | 172,22     | 47,5              | 49,5    | 159,5       | 1281                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

5.1

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голышева* /Голышева Е.Г./

# МЕНЮ

27 мая 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                     | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                        |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                        | 25    | 7,27       | 0,5               | 2,5     | 2,1         | 33                            |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                      | 145   | 7,53       | 4                 | 4       | 25,6        | 154                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ             | 175   | 12,40      | 4,6               | 4,9     | 12,8        | 115                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                    | 30/8  | 7,78       | 2,1               | 6,9     | 14,6        | 129                           |
| Итого                                  |       | 34,99      | 11,2              | 18,3    | 55,1        | 431                           |
| II Завтрак                             |       |            |                   |         |             |                               |
| ЯБЛОКО                                 | 72    | 8,13       | 0,3               | 0,3     | 7,1         | 34                            |
| Итого                                  |       | 8,13       | 0,3               | 0,3     | 7,1         | 34                            |
| Обед                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ      | 180   | 30,74      | 3,2               | 5,5     | 6,7         | 90                            |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.                     | 80    | 27,77      | 7,6               | 12,1    | 7,7         | 170                           |
| ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ                     | 95    | 12,02      | 4,7               | 6       | 21          | 156                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180   | 2,90       |                   |         | 5,7         | 23                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 34    | 0,00       | 2,6               | 0,2     | 16,9        | 80                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 38    | 0,00       | 2,5               | 0,3     | 16,1        | 77                            |
| Итого                                  |       | 73,42      | 20,6              | 24,1    | 74,1        | 596                           |
| Полдник                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ВАРЕНЕЦ                                | 111   | 11,24      |                   |         |             |                               |
| Итого                                  |       | 11,24      |                   |         |             |                               |
| Ужин                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 120   | 57,21      | 23,5              | 16      | 27          | 349                           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА            | 180   | 2,41       | 0,2               | 0,1     | 4,8         | 25                            |
| Итого                                  |       | 59,63      | 23,7              | 16,1    | 31,8        | 374                           |
| Всего                                  |       | 187,41     | 55,8              | 58,8    | 168,1       | 1435                          |

Зав. производством (шеф-повар)

*М.А. Девяшина*

Девяшина М.А.