

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

Голова Е. Г.

# МЕНЮ

5 мая 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                  | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                     |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                             |       |            |                   |         |             |                               |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ               | 190   | 12,97      | 5,9               | 5,9     | 21,9        | 174                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                     | 170   | 11,93      | 4,6               | 5       | 12,8        | 115                           |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                 | 25/5  | 4,86       | 1,7               | 6,9     | 11,8        | 116                           |
| Итого:                              |       | 29,76      | 12,2              | 16,8    | 46,5        | 406                           |
| II Завтрак                          |       |            |                   |         |             |                               |
| СОКИ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ           | 136   | 9,27       | 0,7               | 0,1     | 13,8        | 59                            |
| Итого:                              |       | 9,27       | 0,7               | 0,1     | 13,8        | 59                            |
| Обед                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ЩИ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ | 180/9 | 47,30      | 6                 | 4,3     | 8,9         | 98                            |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                   | 95    | 24,49      | 7,9               | 12,8    | 7,6         | 178                           |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                   | 125   | 6,33       | 3,4               | 5,2     | 21,7        | 147                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 180   | 2,69       |                   |         | 6,7         | 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:                              |       | 80,81      | 22,3              | 22,8    | 77,9        | 503                           |
| Полдник                             |       |            |                   |         |             |                               |
| КЕФИР                               | 103   | 0,00       | 3                 | 2,6     | 4,1         | 55                            |
| Итого:                              |       | 0,00       | 3                 | 2,6     | 4,1         | 55                            |
| Ужин                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                     | 22    | 6,29       | 0,5               | 2,1     | 1,8         | 29                            |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ                | 150   | 116,08     | 2,7               | 2,8     | 22,1        | 125                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 15    | 0,00       | 1,1               | 0,4     | 7,8         | 40                            |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 180   | 1,53       | 0,1               |         | 5,1         | 22                            |
| Итого:                              |       | 123,90     | 4,4               | 5,3     | 36,8        | 216                           |
| Всего:                              |       | 249,74     | 42,6              | 49,6    | 179,3       | 1339                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ТБОУ ООШ № 21  
Талина Е.Г.

## МЕНЮ

5 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                  | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                     |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                             |       |            |                   |         |             |                               |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ               | 150   | 10,82      | 4,9               | 5,7     | 18,2        | 145                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                     | 140   | 9,15       | 3,5               | 3,8     | 10,3        | 90                            |
| БУТЕРБРОДЫ МАСЛОМ                   | 206   | 3,64       | 1,4               | 5,2     | 9,8         | 92                            |
| КАША РИСОВАЯ (АЛЛЕРГ.)              | 155   | 1,96       | 0,6               | 0,1     | 6,6         | 30                            |
| Итого                               |       | 25,58      | 10,4              | 14,8    | 44,9        | 357                           |
| II Завтрак                          |       |            |                   |         |             |                               |
| СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ            | 114   | 7,72       | 0,6               | 0,1     | 11,5        | 49                            |
| Итого                               |       | 7,72       | 0,6               | 0,1     | 11,5        | 49                            |
| Обед                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ЩИ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ | 150   | 39,39      | 5                 | 3,6     | 7,2         | 81                            |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                   | 75    | 19,54      | 6,1               | 10,8    | 6,1         | 147                           |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                   | 105   | 5,52       | 3                 | 4,5     | 19,3        | 129                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 150   | 2,29       |                   |         | 5,7         | 23                            |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (АЛЛЕРГ.)   | 175   | 3,61       | 1                 | 0,1     | 2,4         | 14                            |
| 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                               |       | 70,36      | 19,3              | 19,5    | 67,7        | 523                           |
| Полдник                             |       |            |                   |         |             |                               |
| ЧАЙ                                 | 96    | 0,00       | 2,8               | 2,4     | 3,8         | 51                            |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ (АЛЛЕРГ.)              | 17    | 1,14       | 0,5               | 0,1     | 9,9         | 43                            |
| Итого                               |       | 1,14       | 3,3               | 2,5     | 13,7        | 94                            |
| Ужин                                |       |            |                   |         |             |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                     | 22    | 6,29       | 0,5               | 2,1     | 1,8         | 29                            |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ                | 150   | 105,08     | 2,4               | 2       | 20,1        | 109                           |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 150   | 1,10       | 0,1               |         | 5,1         | 21                            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 15    | 0,00       | 1,1               | 0,4     | 7,8         | 40                            |
| Итого                               |       | 112,47     | 4,1               | 4,5     | 34,8        | 199                           |
| Всего                               |       | 217,28     | 37,7              | 41,4    | 172,6       | 1222                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.