

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

6 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ШОКОЛАДНАЯ	150	15,84	6,2	7,9	22,1	185
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	9,65	3,6	3,8	10,9	93
БУТЕРБРОД СЫРОМ	20	3,88	2,9	2,7	8,5	71
КАША ГРЕЧНЕВАЯ (АЛЛЕРГ)	150	1,36	1,1	0,3	4,9	26
Итого		30,73	13,8	14,7	46,4	375
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	2,56	0,1	0,1	3,9	17
Итого		2,56	0,1	0,1	3,9	17
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ	85	9,00	0,7	2,5	3,9	42
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	150	48,33	3,7	5,6	14,8	123
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	30,31	7,7	9,1	2,6	124
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,31			4,8	19
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,82	2,3	0,2	15	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,83	2,2	0,3	14,1	68
Итого		93,61	16,6	17,7	55,2	447
Полдник						
КЕФИР	107	0,00	3,1	2,7	4,3	57
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (АЛЛЕРГ)	22	1,51	0,5	0,1	9,9	43
Итого		1,51	3,6	2,8	14,2	100
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	18,01	0,9	3,3	1,8	42
ОМЛЕТ	140	52,66	5,9	11	1,9	130
САТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,00	0,9	0,4	6,4	33
САТОН С САХАРОМ	150	0,28	0,1		3	13
Итого		70,96	7,8	14,7	13,1	218
Итого всего		199,37	41,9	50	132,8	1157

Зав. производством (шеф-повар)

[Signature]

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

6 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ШОКОЛАДНАЯ	180	18,90	7,3	9,4	26	219
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,89	5,1	5,5	13,8	126
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/8	6,43	3,8	3,4	10,6	89
Итого		39,22	16,2	18,3	50,4	434
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,12	0,1	0,1	5,2	23
Итого		3,12	0,1	0,1	5,2	23
Обед						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	235	16,22	2,9	3,5	16,8	110
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180	58,20	4,6	6,4	17,7	149
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	39,59	10,4	12,2	5,2	171
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,81			5,6	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,13	2,7	0,2	17,5	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,09	2,5	0,3	16,1	77
Итого		121,04	23,1	22,6	78,9	613
Полдник						
КЕФИР	115	0,00	3,3	2,9	4,6	61
Итого		0,00	3,3	2,9	4,6	61
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	18,01	0,9	3,3	1,8	42
ОМЛЕТ	140	61,66	6,9	11,9	1,9	143
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,37	0,1		4	16
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,55	1,2	0,5	8,5	43
Итого		80,59	9,1	15,7	16,2	244
Всего		243,97	51,8	59,6	155,3	1375

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.