

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

5 июня 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	160	13,80	6	6,8	23,2	179
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	11,52	4,3	4,5	12,5	109
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	5,00	2	6,1	13,8	117
Итого		30,31	12,3	17,4	49,5	405
II Завтрак						
ЯБЛОКО	90	10,04	0,4	0,4	8,8	42
Итого		10,04	0,4	0,4	8,8	42
Обед						
СУП С ФРИКАЕЛЬКАМИ КУРИНЫМИ СО СМЕТАНОЙ	180	53,71	1,7	4,8	10,7	93
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	34,94	9,7	6,6	0,9	102
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОМ	150	16,22	4	5,4	36,9	213
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.	180	2,92			6,2	25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,7	0,2	17,5	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	0,00	2,5	0,3	16	77
Итого		107,79	20,6	17,3	88,2	592
Полдник						
КИСЕЛЬ	175	2,38				
Итого		2,38				
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	120	37,65	15,3	10	41,3	317
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,37	0,2	0,1	4,9	25
Итого		40,03	15,5	10,1	46,2	342
Всего		190,55	48,8	45,2	192,7	1381

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю



Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г./

МЕНЮ

5 июня 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	135	11,56	5	5,6	19,9	151
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	130	9,65	3,5	3,8	11,2	94
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/8	5,54	1,6	6,4	11,1	109
КАША КУКУРУЗНАЯ (АЛЛЕРГ)	150	0,39				
Итого		27,14	10,1	15,8	42,2	354
II Завтрак						
ЯБЛОКО	75	8,37	0,3	0,3	7,4	35
Итого		8,37	0,3	0,3	7,4	35
Обед						
СУП СФРИКАЕЛЬКАМИ КУРИНЫМИ СО СМЕТАНОЙ	150	44,54	1,4	3,8	8,8	75
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	26,20	7,3	5	0,7	77
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОМ	130	13,70	3,3	4,8	31	180
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	2,30			5,1	21
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,00	2,3	0,2	15	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	0,00	2,2	0,3	14	68
Итого		86,74	16,5	14,1	74,6	492
Полдник						
КИСЕЛЬ	145	1,99				
Итого		1,99				
Ужин						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	100	32,24	13,2	8,6	35,4	271
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	3,17	0,3	0,1	5,9	31
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ(АЛЛЕРГ)	110	1,12	0,3		0,8	5
Итого		36,52	13,8	8,7	42,1	307
Всего		160,76	40,7	38,9	166,3	1188

Зав. производством (шеф-повар)

Берис

Девяшина М.А.