

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	33	6,67	0,5	2,2	1,9	30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	10,47	3,9	6,5	25	174
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,51	5	5,1	13,8	122
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.	30/8	6,11	5	4,4	15,4	122
Итого		36,76	14,4	18,2	56,1	448
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	15,28	0,2		3,5	17
Итого		15,28	0,2		3,5	17
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЛУКОМ.	60	59,95	1,7	4	12,6	94
СУП РАССОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ	180	86,57	8,2	7,9	27,2	214
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ПОДЛИВОМ.	170	27,73	15,2	15,4	18,2	272
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,62			5,7	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	0,00	2,9	0,2	18,8	89
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,7	0,4	17,1	82
Итого		176,87	30,7	27,9	99,6	774
Полдник						
СНЕЖОК	135	15,99				
Итого		15,99				
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕНАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	165	69,33	30,5	20,9	30,5	436
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,33	0,1		4,2	18
ЯБЛОКО	46	5,18	0,2	0,2	4,5	22
Итого		75,83	30,8	21,1	39,2	476
Всего		320,74	76,1	67,2	198,4	1715

Зав. производством (шеф-повар)

Виза

Девяшина М.А

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	22	5,71	0,4	2	1,7	27
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	8,91	3,3	5,5	21,4	149
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	10,91	4	4,3	11,9	103
БУТЕРБРОД С СЫРОМ.	25/6	4,76	3,9	3,4	12,4	97
Итого		30,30	11,6	15,2	47,4	376
II Завтрак						
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	12,53	0,2		3,3	15
Итого		12,53	0,2		3,3	15
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЛУКОМ.	35	35,99	1	2,4	7,6	56
СУП РАССОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ	150	72,05	6,5	6,7	20	166
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ПОДЛИВОМ.	150	26,28	13,6	13,7	15,9	241
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,89			4,9	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	0,00	2,5	0,2	16,1	76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,3	0,3	14,9	72
Итого		137,21	25,9	23,3	79,4	630
Полдник						
СНЕЖОК	126	14,92				
Итого		14,92				
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕНАЯ С МОРКОВЬЮ И ПОВИДЛОМ	140	57,21	25,6	16,8	23,8	352
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,09	0,1		3,2	14
ЯБЛОКО	38	4,31	0,2	0,2	3,8	18
Итого		62,61	25,9	17	30,8	384
Всего		257,57	63,6	55,5	160,9	1405

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.