



Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

24 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	44,87	5,1	4,6	0,3	63
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,87	7	8,7	24	203
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,68	4,7	5	13,9	120
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35/8	5,67	5	4,2	17,3	128
Итого		79,09	21,8	22,5	55,5	514
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,86	0,1	0,1	6,6	29
Итого		3,86	0,1	0,1	6,6	29
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	3,18	0,2		0,5	4
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180	46,84	5,6	8,8	11,8	151
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	140	14,01	5,7	6,9	25,9	188
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	125	4,76	12,3	17,8	7,7	242
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,55			7,2	29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	0,00	2,7	0,2	17,9	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	0,00	3,1	0,4	19,6	94
Итого		72,33	29,6	34,1	90,6	793
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,56				
ПЕЧЕНЬЕ	17	2,78	1,3	1,7	12,5	70
Итого		4,34	1,3	1,7	12,5	70
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	70	4,10	0,9	7,1	4,9	86
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	170	9,90	8,8	8,9	32,8	248
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	0,00	2	0,8	13,8	70
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	4,52	0,4	0,2	8	43
Итого		18,51	12,1	17	59,5	447
Всего		178,14	64,9	75,4	224,7	1853

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

24 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	44,87	5,1	4,6	0,3	63
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,85	7	8,7	24	203
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	10,77	4	4,3	12,7	106
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/8	4,70	4,1	3,5	13,8	104
Итого		76,19	20,2	21,1	50,8	476
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	3,16	0,1	0,1	4,9	22
Итого		3,16	0,1	0,1	4,9	22
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	3,19	0,2		0,5	4
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К..Б. СО СМЕТАНОЙ	150	39,00	4,5	7,3	9,9	125
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	3,81	9,2	14,9	6,2	195
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	12,21	5	6	22,9	165
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,77			6	24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	0,00	2,3	0,2	15,4	73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,7	0,4	17,1	82
Итого		60,98	23,9	28,8	78	668
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,20				
ПЕЧЕНЬЕ	17	2,78	1,3	1,7	12,5	70
Итого		3,98	1,3	1,7	12,5	70
Ужин						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	2,93	0,6	5	3,5	62
КАША ПЕРЛОВАЯ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	150	9,13	4,1	5,4	28,6	180
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	3,79	0,3	0,1	7,1	37
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,6	10,4	53
Итого		15,85	6,5	11,1	49,6	332
Всего		160,16	52	62,8	195,8	1568

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.