

Утверждаю

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



МЕНЮ

19 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ	150	15,51	5,5	8,1	17,1	164
КАКАО С МОЛОКОМ	160	10,42	4,1	4,4	11,1	100
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/8/6	5,86	4,4	4	12,4	105
КАША ГРЕЧНЕВАЯ (АЛЛЕРГ)	150	2,43	1,9	0,5	8,6	47
Итого		34,23	15,9	17	49,2	416
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	2,20	0,1	0,1	3,6	16
Итого		2,20	0,1	0,1	3,6	16
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	50	30,36	1	3,7	6,1	62
СУП РАССОЛЬНИК НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ	150/8	59,11	4	4,7	26,7	166
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	95	42,87	10,9	1,8	11,2	104
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,46			4,9	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,00	2,3	0,2	14,8	70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	0,00	2,5	0,3	15,9	77
Итого		134,80	20,7	10,7	79,6	498
Полдник						
КЕФИР	101	9,44	2,9	2,5	4	53
Итого		9,44	2,9	2,5	4	53
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	25	2,88	0,3		1,7	9
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/10	40,69	16,6	12,5	17,4	253
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	1,95	0,2		3,4	15
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ(АЛЛЕРГ)	115	1,24	0,3		0,9	5
Итого		46,77	17,4	12,5	23,4	282
Всего		227,43	57	42,8	159,8	1265

Зав. производством (шеф-повар) Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина /Голина Е.Г./

МЕНЮ

19 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ	180	18,58	6,7	9,8	19,8	194
КАКАО С МОЛОКОМ	195	13,55	5,3	5,7	13,1	126
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/9/8	5,32	4,7	3,9	15,5	117
Итого		37,44	16,7	19,4	48,4	437
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,68	0,1	0,1	4,9	22
Итого		2,68	0,1	0,1	4,9	22
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	65	42,52	1,4	5,2	8,7	87
СУП РАССОЛЬНИК НА КУР.Б.СО СМЕТАНОЙ	180/10	49,46	1,9	5,3	10,6	98
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	105	46,96	12	2	15,2	126
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,73			5,7	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	0,00	2,6	0,2	17,3	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	0,23	2,8	0,4	18,2	87
Итого		141,90	20,7	13,1	75,7	503
Полдник						
КЕФИР	108	10,12	3,1	2,7	4,3	57
Итого		10,12	3,1	2,7	4,3	57
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	29	3,36	0,4		2	10
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	110/10	48,38	20	15	22	307
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,59	0,2		4,3	19
Итого		53,33	20,6	15	28,3	336
Всего		245,47	61,2	50,3	161,6	1355

Зав. производством (шеф-повар)

Брежнев

Девяшина М.А.