

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./



МЕНЮ

4 июля 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	185	16,23	6,7	7,6	25,2	196
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,29	4,9	5,2	14,8	127
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	6,47	2,5	6,3	17,3	136
Итого		36,00	14,1	19,1	57,3	459
II Завтрак						
ЯБЛОКО	97	10,91	0,4	0,4	9,6	46
Итого		10,91	0,4	0,4	9,6	46
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	25	12,20	0,4	7	2,7	75
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	180	83,12	6,8	9,7	15	175
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	120	7,30	14,4	7,7	1,1	132
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОМ	150	19,12	4,4	5,5	42,4	238
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.	180	3,35			7,7	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	0,00	2,5	0,2	16,5	78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	0,00	2,8	0,4	18	87
Итого		125,09	31,3	30,5	103,4	816
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,87				
Итого		1,87				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	56	6,52	0,7	0,1	3,9	20
ОМЛЕТ	140	105,58	11,6	16,4	2,3	203
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	0,00	2	0,8	13,7	70
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,21	0,2	0,1	5,1	26
Итого		114,30	14,5	17,4	25	319
Всего		288,17	60,3	67,4	195,3	1640

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

4 июля 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	155	13,59	5,5	6,2	21,8	166
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	11,15	4,1	4,4	13,4	110
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	7,22	2	6,7	13,8	124
Итого		31,96	11,6	17,3	48,8	400
II Завтрак						
ЯБЛОКО	81	9,09	0,3	0,3	8	38
Итого		9,09	0,3	0,3	8	38
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	25	12,21	0,4	7	2,7	75
СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	68,91	5,6	7,7	12,5	141
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	5,43	10,7	5,9	0,8	99
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОМ	130	16,26	3,7	4,8	36	202
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	2,66			6,4	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	0,00	2,2	0,2	14,2	67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	0,00	2,5	0,3	15,7	76
Итого		105,47	25,1	25,9	88,3	686
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,44				
Итого		1,44				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	40	4,66	0,5		2,8	14
ОМЛЕТ	140	54,59	5,9	11,3	2	133
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	1,87	0,2	0,1	4,6	23
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,00	1,5	0,6	10,3	53
Итого		61,12	8,1	12	19,7	223
Всего		209,08	45,1	55,5	164,8	1347

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.