



ГБОУ ООШ
Голина

МЕНЮ

8 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	6
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	15,35	6,4	7,8	24,1	19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,04	5,1	5,6	14,7	13
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	4,99	4,8	3,8	17,9	12
Итого		79,25	21,4	21,8	57	5
II Завтрак						
ЯБЛОКО	96	10,71	0,4	0,4	9,4	
Итого		10,71	0,4	0,4	9,4	
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	85	52,47	1,4	3,8	10,4	
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180/10	39,75	6,8	9,9	11,7	1
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	130	16,04	15,9	2	18,5	1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,89			7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	0,00	3	0,2	19,5	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	0,00	2,8	0,4	17,7	
Итого		111,15	29,9	16,3	84,8	
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,83				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,41	1,5	2	14,9	
Итого		5,24	1,5	2	14,9	
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	30	7,21	0,3		0,7	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	160	15,06	9,4	10,6	25	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,44	0,1		4,9	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	0,00	2,1	0,8	14,3	
Итого		22,71	11,9	11,4	44,9	
Всего		229,06	65,1	51,9	211	

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

8 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	12,79	5,2	6,4	20	160
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	9,78	3,6	3,9	11,8	98
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/6/8	4,44	4,1	3,3	14,3	104
Итого		71,87	18	18,2	46,4	425
II Завтрак						
ЯБЛОКО	80	8,93	0,3	0,3	7,8	38
Итого		8,93	0,3	0,3	7,8	38
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	55	32,80	1	2,4	6,6	52
СУП С КЛЕЦКАМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	150/10	33,15	5,6	8,3	9,9	138
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	120	14,29	14,6	1,9	15,3	136
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,99			5,8	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	0,00	2,5	0,2	16,7	79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	0,00	2,4	0,3	15,5	74
Итого		83,23	26,1	13,1	69,8	502
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,41				
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,41	1,5	2	14,9	83
Итого		4,82	1,5	2	14,9	83
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	30	7,21	0,3		0,7	4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	150	13,75	8,9	10	22,3	215
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,33	0,1		3,7	15
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,00	1,6	0,6	10,8	55
Итого		21,29	10,9	10,6	37,5	289
Всего		190,14	56,8	44,2	176,4	1337

Зав. производством (шеф-повар)

Dev

Девяшина М.А