

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

**МЕНЮ**

23 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	44,87	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,33	4	4,3	11,4	101
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	150	13,19	3,5	6,4	8,8	108
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	25	6,19	1,8	5,8	12,6	110
Итого		74,59	14,4	21,1	33,1	382
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	2,12	0,1	0,1	3,7	16
Итого		2,12	0,1	0,1	3,7	16
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	25	2,99	0,3		1,8	9
БОРЩ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	150	46,23	2,1	4,8	12,3	102
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	115/20	45,06	20,7	19,4	9,1	317
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	125	6,29	3,2	3,5	20,7	127
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,92			5,2	21
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	3,1	0,3	20,3	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,00	2,6	0,3	16,8	81
Итого		103,50	32	28,3	86,2	753
Полдник						
КЕФИР	115	12,14	3,3	2,9	4,6	61
ПЕЧЕНЬЕ	18	2,90	1,3	1,7	13,1	73
Итого		15,04	4,6	4,6	17,7	134
Ужин						
АЗУ	145	112,84	2,9	6,1	22,1	156
БАТОН С ПОВИДЛОМ	20	1,92	1,4	0,5	16,9	78
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,31	0,1		3,4	14
Итого		115,07	4,4	6,6	42,4	248
Всего		310,32	55,5	60,7	183,1	1533

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.

МЕНЮ

23 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 МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	180	15,82	4,2	7,7	10	127
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,40	4,8	5,1	12,6	118
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	5,84	1,8	5,5	12,6	108
Итого		78,93	15,9	22,9	35,5	416
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,60	0,1	0,1	5,2	22
Итого		2,60	0,1	0,1	5,2	22
Обед						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	25	2,99	0,3		1,8	9
БОРЩ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	180	55,48	2,6	5,6	14,8	122
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	75	32,16	14,7	7,6	12	188
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	145	7,36	3,8	4,1	24,1	149
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,34			7,4	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	0,00	2,1	0,2	13,5	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	0,00	3	0,4	19,3	93
Итого		101,33	26,5	17,9	92,9	655
Полдник						
КЕФИР	115	12,14	3,3	2,9	4,6	61
ПЕЧЕНЬЕ	18	2,90	1,3	1,7	13,1	73
Итого		15,04	4,6	4,6	17,7	134
Ужин						
АЗУ	155	137,27	3,8	7	28,2	192
БАТОН С ПОВИДЛОМ	25	2,13	1,9	0,7	21	98
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,41	0,1		4,6	18
Итого		139,81	5,8	7,7	53,8	308
Всего		337,72	52,9	53,2	205,1	1535

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.