

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./



МЕНЮ

7 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 МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150	14,86	4,6	5,8	19,9	151
КАКАО С МОЛОКОМ	150	10,45	4	4,3	11,2	102
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/6	5,14	2	5	14	109
Итого		75,32	15,7	19,7	45,4	425
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,49	0,6	0,1	12,2	52
Итого		0,49	0,6	0,1	12,2	52
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	2,41	0,2		0,3	3
СВЕКОЛЬНИК НА ГОВ. ТУШОН.СО СМЕТАНОЙ	150	48,96	4,3	6,7	13,1	131
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	130	32,22	11,8	5,1	48,2	286
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,92			5	20
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		86,51	21	12,3	96,5	583
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,44				
ПЕЧЕНЬЕ	21	3,51	1,5	2	15,3	86
Итого		4,95	1,5	2	15,3	86
Ужин						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	4,42	1,1	2,8	3,1	44
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ.	115	87,53	7,3	5	47,4	264
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,30	0,1		3,2	13
Итого		92,24	8,5	7,8	53,7	321
Всего		259,52	47,3	41,9	223,1	1467

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.

Девяшина М.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ 7 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 РИСОВАЯ	180	17,82	5,7	6,9	24,1	181
КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,46	4,9	5,2	12,5	118
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	5,12	2,5	5,2	17,4	127
Итого		80,27	18,2	21,9	54,3	489
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	144	9,82	0,7	0,1	14,6	62
Итого		9,82	0,7	0,1	14,6	62
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	2,41	0,2		0,3	3
СВЕКОЛЬНИК НА ГОВ. ТУШОН.. СО СМЕТАНОЙ	180	58,79	5,4	8,2	15,5	158
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	155	38,13	14,2	6,1	57,1	339
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,86			6	24
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		102,19	25,1	14,9	113,4	689
Полдник						
КИСЕЛЬ	180	1,87				
ПЕЧЕНЬЕ	21	3,51	1,5	2	15,3	86
Итого		5,39	1,5	2	15,3	86
Ужин						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	85	6,20	1,4	4,1	4,5	62
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ.	135	102,18	8,4	5,8	55,4	308
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,39	0,1		4,3	18
Итого		108,77	9,9	9,9	64,2	388
Всего		306,43	55,4	48,8	261,8	1714

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина

Девяшина М.А