

Утверждаю

Руководитель учреждения  
ГБОУ ООШ № 21  
Голына Е.Г.

# МЕНЮ 19 августа 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                     | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                        |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                |       |            |                   |         |             |                               |
| КАША ШОКОЛАДНАЯ                        | 180   | 19,70      | 5,7               | 10,7    | 20,8        | 202                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ             | 5     | 10,18      | 3,7               | 4       | 11,5        | 98                            |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                     | 20    | 5,52       | 3,7               | 3,4     | 10,4        | 87                            |
| Итого:                                 |       | 35,40      | 13,1              | 18,1    | 42,7        | 387                           |
| II Завтрак                             |       |            |                   |         |             |                               |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 180   | 4,85       | 0,2               | 0,2     | 7           | 31                            |
| Итого:                                 |       | 4,85       | 0,2               | 0,2     | 7           | 31                            |
| Обед                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ             | 185/8 | 78,61      | 5,4               | 3,7     | 18,6        | 131                           |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ            | 50    | 31,83      | 9,5               | 4,8     | 2,8         | 91                            |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                        | 130   | 9,87       | 3,1               | 5,7     | 8,8         | 101                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180   | 2,33       |                   |         | 6,1         | 24                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 35    | 1,15       | 2,7               | 0,2     | 17,6        | 83                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 40    | 1,28       | 2,8               | 0,4     | 17          | 82                            |
| Итого:                                 |       | 123,26     | 23,3              | 14,8    | 70,5        | 512                           |
| Полдник                                |       |            |                   |         |             |                               |
| СНЕЖОК                                 | 131   | 15,54      |                   |         |             |                               |
| Итого:                                 |       | 15,54      |                   |         |             |                               |
| Ужин                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)                      | 28    | 1,05       | 0,4               |         | 2,5         | 12                            |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 110   | 52,52      | 29,1              | 19,2    | 21,1        | 378                           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА            | 180   | 4,16       | 0,4               | 0,2     | 7,2         | 39                            |
| Итого:                                 |       | 67,73      | 29,9              | 19,4    | 30,8        | 429                           |
| Всего:                                 |       | 246,78     | 66,5              | 52,5    | 151         | 1359                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.



**МЕНЮ**  
19 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                     | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                        |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                |       |            |                   |         |             |                               |
| КАША ШОКОЛАДНАЯ                        | 190   | 19,68      | 5,7               | 10,7    | 20,8        | 202                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ             | 5     | 9,54       | 3,1               | 3,3     | 10,3        | 65                            |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                     | 20    | 4,32       | 2,9               | 2,7     | 8,3         | 69                            |
| Итого                                  |       | 32,55      | 11,7              | 15,7    | 39,4        | 356                           |
| II Завтрак                             |       |            |                   |         |             |                               |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 190   | 4,85       | 0,2               | 0,2     | 7           | 31                            |
| Итого                                  |       | 4,85       | 0,2               | 0,2     | 7           | 31                            |
| Обед                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ             | 185/8 | 76,81      | 5,4               | 3,7     | 18,6        | 131                           |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ            | 45    | 23,83      | 7                 | 3,8     | 1,9         | 99                            |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                        | 115   | 8,06       | 2,6               | 4,9     | 7,1         | 85                            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 150   | 1,96       |                   |         | 5           | 20                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 30    | 3,98       | 2,3               | 0,2     | 15,1        | 71                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 35    | 1,12       | 2,3               | 0,3     | 14,8        | 71                            |
| Итого                                  |       | 112,76     | 19,8              | 12,7    | 62,5        | 447                           |
| Полдник                                |       |            |                   |         |             |                               |
| СНЕЖОК                                 | 109   | 12,96      |                   |         |             |                               |
| Итого                                  |       | 12,96      |                   |         |             |                               |
| Ужин                                   |       |            |                   |         |             |                               |
| СВЕКЛА (ПОРЦИЯМИ)                      | 28    | 0,91       | 0,4               |         | 2,5         | 12                            |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 90    | 62,70      | 24,7              | 16,2    | 17,2        | 319                           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА            | 150   | 3,49       | 0,3               | 0,1     | 6,4         | 34                            |
| Итого                                  |       | 67,13      | 25,4              | 16,3    | 26,1        | 362                           |
| Всего                                  |       | 220,23     | 56,9              | 45,6    | 135         | 1196                          |

За производство (шеф-повар)

Девяшина М.А.