

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

Госпожа Е.Г.

# МЕНЮ

15 августа 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                   |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                           |       |            |                   |         |             |                               |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ                    | 215   | 5,41       | 2,8               | 2,7     | 19,3        | 113                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                  | 170   | 0,92       | 0,1               |         | 5,5         | 22                            |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ               | 20/8  | 7,74       | 1,4               | 6,4     | 8,7         | 102                           |
| Итого                             |       | 14,08      | 4,3               | 9,1     | 34,5        | 237                           |
| II Завтрак                        |       |            |                   |         |             |                               |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА       | 180   | 3,57       | 0,3               | 0,1     | 7           | 36                            |
| Итого                             |       | 3,57       | 0,3               | 0,1     | 7           | 36                            |
| Обед                              |       |            |                   |         |             |                               |
| СУП РИСОВЫЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 180   | 86,49      | 6,8               | 9,3     | 24,2        | 198                           |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                   | 140   | 7,62       | 1,6               | 11,2    | 9,3         | 144                           |
| БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ               | 70    | 42,58      | 13,6              | 15,4    | 3,7         | 206                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 180   | 2,79       |                   |         | 5,8         | 23                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ        | 42    | 1,37       | 3,2               | 0,3     | 21          | 99                            |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  | 45    | 1,43       | 3                 | 0,4     | 19          | 92                            |
| Итого                             |       | 142,18     | 28,2              | 35,6    | 83          | 762                           |
| Полдник                           |       |            |                   |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ                            | 175   | 1,18       |                   |         |             |                               |
| Итого                             |       | 1,18       |                   |         |             |                               |
| Ужин                              |       |            |                   |         |             |                               |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ       | 125   | 17,37      | 8,4               | 5       | 46,4        | 266                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 160   | 0,37       | 0,1               |         | 4,1         | 17                            |
| Итого                             |       | 17,75      | 8,5               | 5       | 50,5        | 283                           |
| Всего                             |       | 178,75     | 41,3              | 49,8    | 175         | 1318                          |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.



**МЕНЮ**  
15 августа 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Наименование блюда                | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                   |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                           |       |               |                   |         |             |                                     |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ                    | 180   | 4,52          | 2,3               | 2,3     | 16,1        | 94                                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                  | 145   | 0,70          | 0,1               |         | 5,2         | 21                                  |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ               | 15    | 6,59          | 1,1               | 5,4     | 7,8         | 64                                  |
| Итого:                            |       | 11,81         | 3,5               | 7,7     | 29,3        | 159                                 |
| II Завтрак                        |       |               |                   |         |             |                                     |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА       | 180   | 3,58          | 0,3               | 0,1     | 7           | 36                                  |
| Итого:                            |       | 3,58          | 0,3               | 0,1     | 7           | 36                                  |
| Обед                              |       |               |                   |         |             |                                     |
| СУП РИСОВЫЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ | 150   | 72,47         | 5,8               | 6,9     | 21,2        | 170                                 |
| ИКРА МОРКОВНАЯ                    | 130   | 13,12         | 1,3               | 10,4    | 6,7         | 128                                 |
| БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ               | 55    | 36,15         | 11,2              | 12,7    | 1,8         | 167                                 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 150   | 2,51          |                   |         | 4,9         | 19                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ        | 36    | 1,17          | 2,7               | 0,2     | 18          | 85                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  | 39    | 1,25          | 2,6               | 0,3     | 16,6        | 80                                  |
| Итого:                            |       | 125,67        | 23,6              | 30,6    | 59,2        | 547                                 |
| Полдник                           |       |               |                   |         |             |                                     |
| КИСЕЛЬ                            | 175   | 1,18          |                   |         |             |                                     |
| Итого:                            |       | 1,18          |                   |         |             |                                     |
| Ужин                              |       |               |                   |         |             |                                     |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ        | 110   | 14,87         | 7,1               | 4,3     | 39,8        | 228                                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 150   | 0,28          | 0,1               |         | 3,1         | 13                                  |
| Итого:                            |       | 15,15         | 7,2               | 4,3     | 42,9        | 241                                 |
| Всего:                            |       | 158,38        | 34,6              | 42,6    | 145         | 1123                                |

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А.