

Утверждаю



МЕНЮ 18 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	27	29,82	5,1	4,6	0,3	63
КАША ЯЧНЕВАЯ	180	3,95	2,3	2,5	18,7	107
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	208	0,87	0,1		5,9	24
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	4,27	4	3,2	15,1	106
Итого:		38,92	11,5	10,3	40	309
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100	11,28	0,4	0,4	9,9	47
Итого:		11,28	0,4	0,4	9,9	47
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	27	6,49	0,3		0,7	4
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	180/10	24,04	0,5	5,2	3,4	62
КУРНИК	140	40,79	7	9,1	48,5	307
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,08			6,5	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,33	3,1	0,3	20,5	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	1,40	2,9	0,4	18,6	89
Итого:		77,12	13,8	15	98,6	585
Полдник						
КИСЕЛЬ	175	1,28				
Итого:		1,28				
Ужин						
УКРА КАБАЧКОВАЯ	19	4,91	0,4	1,7	1,5	23
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	31,61	0,9	2,4	7,5	55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	0,22	1,8	0,7	12,1	62
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	1,31	0,1		4,7	20
Итого:		38,06	3,2	4,6	25,8	160
Всего:		166,83	28,9	30,5	174,3	1092

Заа производством (шеф-повар)

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ СОШ № 21

Головина Е.Г.

МЕНЮ 18 августа 2025 г.

Если 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	27	29,92	5,1	4,6	0,3	63
КАША ЯЧНЕВАЯ	150	3,31	1,9	2,1	15,6	90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,86	0,1		5,9	24
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	256	5,01	3,6	3	12,1	91
Итого		39,01	10,7	9,7	33,9	258
II Завтрак						
ЯБЛОКО	150	0,01				
Итого		0,01				
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	27	6,49	0,3		0,7	4
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР.Б. СО СМЕТАНОЙ	150/6	20,21	0,5	4,4	2,8	53
КУРНИК	125	36,23	7,9	8,2	53,6	319
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,60			5,4	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,14	2,7	0,2	17,5	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,22	2,5	0,3	16,2	78
Итого		67,89	13,9	13,1	98,1	559
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	0,98				
Итого		0,98				
Ужин						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	14	3,68	0,3	1,3	1,1	17
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	27,82	0,8	1,7	6,7	45
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	1,05	0,1		3,6	15
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	0,96	1,3	0,5	9,1	46
Итого		33,12	2,5	3,5	20,5	123
Всего		141,01	27,1	26,3	150,5	960

Зав. производством (шеф-повар)

Девягина М.А.