

утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

10 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	46,89	5,1	4,6	0,3	63
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	155	11,46	5,2	5,9	19,6	154
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	9,56	3,5	3,8	11,6	96
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/6	6,10	1,7	5	11,3	98
Итого		74,00	15,5	19,3	42,8	411
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1,93	0,1	0,1	3,8	17
Итого		1,93	0,1	0,1	3,8	17
Обед						
СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ	175/8	51,38	4,1	6,1	13,3	126
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	65/30	7,14	12	6,5	7,5	137
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,89	3,9	4,5	27,6	166
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,22			5,8	23
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,06	2,5	0,2	16,3	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,14	2,4	0,3	15,2	73
Итого		68,84	24,9	17,6	85,7	602
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,30				
ПЕЧЕНЬЕ		0,00				
Итого		1,30				
Ужин						
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ С ПОВИДЛОМ	135	18,62	3	3,2	22,1	130
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/6/8	5,62	4	3,5	12,2	96
ЧАЙ	185/15	0,04				
Итого		24,28	7	6,7	34,3	226
Всего		170,36	47,5	43,7	166,6	1256

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова Л.В.

Беленкова Л.В

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г. /Голина Е.Г./**МЕНЮ**

10 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	46,90	5,1	4,6	0,3	63
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	185	13,80	6,4	7,3	24,7	191
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	12,35	4,6	4,9	13,6	118
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/8	6,28	2,1	5,2	14,2	112
Итого		79,33	18,2	22	52,8	484
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,37	0,1	0,1	5,2	22
Итого		2,37	0,1	0,1	5,2	22
Обед						
СОЛЯНКА РЫБНАЯ СО СМЕТАНОЙ	175/8	51,47	4,1	6,1	13,3	126
РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	65/30	7,13	12	6,5	7,5	137
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,86	3,9	4,5	27,6	166
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,65			6,9	28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,24	2,9	0,2	19	90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,31	2,7	0,4	17,4	84
Итого		69,66	25,6	17,7	91,7	631
Полдник						
КИСЕЛЬ	150	1,30				
ПЕЧЕНЬЕ		0,00				
Итого		1,30				
Ужин						
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/6/8	5,59	4	3,5	12,2	96
КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ С ПОВИДЛОМ	135	18,63	3	3,2	22,1	130
ЧАЙ	185/15	0,04				
Итого		24,27	7	6,7	34,3	226
Всего		176,93	50,9	46,5	184	1363

Зав. производством (шеф-повар)

БВ

Беленкова Л.В.