

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



Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ	125	46,89	5,3	9,9	1,9	119
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	4,67	1,6	3,9	11,2	87
КАКАО С МОЛОКОМ	210	14,33	5,5	6	14,3	135
Итого		65,89	12,4	19,8	27,4	341
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,73	0,4	0,1	4,9	29
Итого		3,73	0,4	0,1	4,9	29
Обед						
ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ. СО СМЕТАНОЙ	180/9	49,95	2	6,6	8,4	102
ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО + <i>лук, майонез</i>	70	21,72	19,2	18,2	8,2	274
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	86,29	6,6	11,6	43,6	303
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,66			6,8	27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,25	2,9	0,2	19,2	91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,32	2,7	0,4	17,5	84
Итого		163,19	33,4	37	103,7	881
Полдник						
КЕФИР	147	15,48	4,3	3,7	5,9	78
Итого		15,48	4,3	3,7	5,9	78
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	4,25	0,3	1,7	3	28
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	210	42,76	23,7	8,4	42	359
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,43	0,1		4,8	19
Итого		47,43	24,1	10,1	49,8	406
Всего		295,73	74,6	70,7	191,7	1735

~~Зав. производством (шеф-повар)~~

Беленкова Л.В