

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

11 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	41	45,92	5,1	4,6	0,3	63
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,96	3,5	3,6	18,3	120
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	15/8/6	5,75	3,5	3,4	7,7	77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	5,50	1,8	1,7	9,1	60
Итого		64,12	13,9	13,3	35,4	320
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	5,63	0,2		0,6	6
Итого		5,63	0,2		0,6	6
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	150/8	46,23	6,3	8,4	13,1	154
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	38,98	12,2	14,9	2,5	193
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ	75	8,92	0,8	2	4	38
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,28			4,9	19
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		98,62	24,2	25,8	56	554
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	144	17,18				
Итого		17,18				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	21	2,33	0,3		1,5	8
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ТВОРОГА	110/10	44,66	20,4	12,4	16,9	265
КАКАО НА МОЛОКЕ	170	11,41	4,5	4,8	12	110
Итого		58,41	25,2	17,2	30,4	383
Всего		243,97	63,5	56,3	122,4	1263

Зав. производством (шеф-повар)

БГ

Беленкова Л.В.

утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.



МЕНЮ

11 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	41	45,89	5,1	4,6	0,3	63
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	7,00	3,5	3,6	18,3	120
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	20/9/8	5,37	3,5	3,2	9,7	83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	5,53	1,8	1,7	9,1	60
Итого		63,79	13,9	13,1	37,4	326
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	5,63	0,2		0,6	6
Итого		5,63	0,2		0,6	6
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180/8	55,68	7,9	10,2	17,8	195
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	140	8,07	1,6	4	9	78
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	52,06	16,5	19,9	4,7	263
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,53			5,8	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,31	2,7	0,4	17,4	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,24	2,9	0,2	19	90
Итого		120,90	31,6	34,7	73,7	733
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	144	17,17				
Итого		17,17				
Ужин						
МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	25	2,72	0,3		1,7	9
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ТВОРОГА	130/10	53,03	24,3	14,9	21,4	321
КАКАО НА МОЛОКЕ	170	11,41	4,5	4,8	12	110
Итого		67,16	29,1	19,7	35,1	440
Всего		274,66	74,8	67,5	146,8	1505

Зав. производством (шеф-повар)

БП

Беленкова Л.В