

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

4 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	10,58	5,2	5,2	19,4	147
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,68	3,7	4	6,4	77
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	7,92	5,1	4,9	13,3	118
Итого		28,18	14	14,1	39,1	342
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	3,99	0,1		0,4	4
Итого		3,99	0,1		0,4	4
Обед						
САЛАТ ИЗ ЛУКА	30	0,34	0,5	1,7	2,8	29
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУР.БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	200/9	43,19	2,4	3,6	16,1	107
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ПОДЛИВОМ.	160	42,44	12,2	11,4	15,6	216
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,96				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,20	2,8	0,2	18,4	87
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,26	2,6	0,3	16,7	81
Итого		90,39	20,5	17,2	69,6	520
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	102	12,16				
ПЕЧЕНЬЕ	15	2,41	1,1	1,4	10,9	61
Итого		14,57	1,1	1,4	10,9	61
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	29	6,98	0,3		0,7	4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	160	18,14	7,1	6,5	22,2	177
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,2		0,3	2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	0,66	1,6	0,6	10,6	54
Итого		25,84	9,2	7,1	33,8	237
Итого всего		162,97	44,9	39,8	153,8	1164

Зав. производством (шеф-повар)

Ву

Беленкова Л.В