

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
/Голкина Е.Г./



МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Кузнецова Г.С.
(расшифровка подписи)

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	12	3,23	0,2	1,1	1	15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	76,32	8,4	12,2	1,7	150
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	20	5,74	1,6	4,7	11,3	95
КАКАО С МОЛОКОМ	120	7,48	2,9	3	9,3	78
Итого		92,76	13,1	21	23,3	338
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1,75	0,1	0,1	3,4	15
Итого		1,75	0,1	0,1	3,4	15
Обед						
САЛАТ "ФАСОЛЕВЫЙ"	80	11,45	0,8	2,7	4,1	44
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180/8	29,23	8,5	14,1	9,5	199
КНЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	85	41,03	13,7	4,2	14,9	153
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,13			5	20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	1,68	3,9	0,3	25,8	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,30	2,7	0,4	17,3	83
Итого		86,82	29,6	21,7	76,6	621
Полдник						
КЕФИР	141	14,88	4,1	3,5	5,7	75
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,33	1,5	2	15	84
Итого		18,20	5,6	5,5	20,7	159
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	155	44,96	13,1	11,6	14,9	219
БАТОН С ПОВИДЛОМ	20	3,58	1,3	0,5	20,4	91
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	68	7,58	0,3	0,3	6,7	32
ЧАЙ	150	0,07	0,2		0,3	2
Итого		56,19	14,9	12,4	42,3	344
Всего		255,73	63,3	60,7	166,3	1477

Зав. производством (шеф-повар)

Л.В. Беленкова

Беленкова Л.В.

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



Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	12	3,23	0,2	1,1	1	15
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	76,31	8,4	12,2	1,7	150
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/8	5,44	1,6	4,5	11,3	93
КАКАО С МОЛОКОМ	125	9,02	3,6	3,7	10,2	90
Итого		94,01	13,8	21,5	24,2	348
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	2,71	0,1	0,1	5,1	22
Итого		2,71	0,1	0,1	5,1	22
Обед						
САЛАТ "ФАСОЛЕВЫЙ"	80	11,48	0,8	2,7	4,1	44
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180/8	29,23	8,5	14,1	9,5	199
КНЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	85	40,95	13,7	4,2	14,9	153
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,50			7,2	29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,12	2,6	0,2	17,2	81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	1,49	3,1	0,4	19,8	95
Итого		86,77	28,7	21,6	72,7	601
Полдник						
КЕФИР	141	14,88	4,1	3,5	5,7	75
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,33	1,5	2	15	84
Итого		18,21	5,6	5,5	20,7	159
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	155	44,98	13,1	11,6	14,9	219
БАТОН С ПОВИДЛОМ	20	3,58	1,3	0,5	20,4	91
ЧАЙ	200	0,09	0,2		0,4	3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	68	7,58	0,3	0,3	6,7	32
Итого		56,23	14,9	12,4	42,4	345
Всего		257,92	63,1	61,1	165,1	1475

~~Зав. производством (шеф-повар)~~

Беленкова Л.В