

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 23
Кривая / Голина Е.Г.

МЕНЮ 16 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименования блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	44,87	5,1	4,6	0,3	63
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,80	7	7,9	25,8	204
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	10,97	3,9	4,1	14,7	112
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/8	6,78	4,3	4,1	10,5	97
Итого		77,42	20,3	20,7	51,3	478
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,02	0,1		4	19
Итого		4,02	0,1		4	19
Обед						
"СОЛНЫШКО"	50	5,50	0,7	0,1	3,6	18
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К. Б. СО СМЕТАНОЙ	150	38,52	5,1	6	11,1	121
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	3,46	11,1	14,3	8,2	207
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	115	10,07	4,5	4,7	20,3	141
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,27			7,7	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,08	2,6	0,2	16,2	78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,14	2,4	0,3	15,1	73
Итого		62,02	28,3	25,8	62,1	667
Полдник						
ВАРЕНЕЦ	153	18,21				
ПЕЧЕНЬЕ	31	5,05	2,3	3	22,8	128
Итого		23,27	2,3	3	22,8	128
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	170	7,82	8,8	8,3	28,4	225
ЧАЙ-ЗАВАРКА	150	0,08	0,2		0,4	2
БАТОН	51	1,62	3,6	1,5	26,2	134
ЯБЛОКО	90	13,27	0,4	0,4	8,8	42
Итого		22,79	13,2	10,2	63,8	403
Всего		189,52	62,2	59,5	224	1693

Зав. производством (шеф-повар)

Б.

Беленкова Л.В

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Крица (Голова Е.Г.)

МЕНЮ 16 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	44,87	5,1	4,6	0,3	63
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	14,81	7	7,9	25,8	204
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8	8,20	5,2	4,9	13,1	119
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	10,96	3,9	4,1	14,7	112
Итого		78,84	21,2	21,5	53,9	498
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,03	0,1		4	19
Итого		4,03	0,1		4	19
Обед						
"СОЛНЫШКО"	50	5,50	0,7	0,1	3,5	18
СУП ОВОЩНОЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180	48,21	6,2	7,4	13,5	145
ПРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	135	11,59	5	5,6	22,8	161
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	125	4,29	14,4	17,7	10,3	258
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,85			9,1	37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,23	2,9	0,2	18,9	89
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,30	2,7	0,4	17,2	83
Итого		72,96	31,9	31,4	96,3	791
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	31	5,05	2,3	3	22,8	128
ВАРЕНЕЦ	153	18,21				
Итого		23,26	2,3	3	22,8	128
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ И ОВОЩАМИ	170	7,82	8,8	8,3	28,4	225
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,65	1,5	0,6	10,5	53
ЧАЙ ЗАВАРКА	150	0,09	0,2		0,4	2
ЯБЛОКО	90	13,26	0,4	0,4	8,8	42
Итого		21,82	10,9	9,3	48,1	322
Всего		200,91	66,4	65,2	224,1	1758

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова Л.В.

Беленкова Л.В.