

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

29 октября 2025 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	10,50	5,4	6	22,6	167
КАКАО С МОЛОКОМ	130	8,47	3,3	3,4	11,4	90
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/6	5,31	1,9	4,7	13,2	104
Итого		24,28	10,6	14,1	47,2	361
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	6,42	0,2	0,2	6,6	29
Итого		6,42	0,2	0,2	6,6	29
Обед						
"СОЛНЫШКО"	58	6,32	0,8	0,1	4	20
СУП ПОЛЕВОЙ НА К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/25	62,69	3,7	5,6	23,7	159
РЫБА ПО "ПОЛЬСКИ"	75	62,24	17,3	13,4	1,6	197
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,35			6,5	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,15	2,7	0,2	17,7	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,24	2,6	0,3	16,5	79
Итого		136,00	27,1	19,6	70	564
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	2,83				
Итого		2,83				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	70	9,32	1,1	4	4,5	58
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	130	33,24	10,2	8,8	46,5	308
ЧАЙ-ЗАВАРКА	150	0,09	0,2		0,5	3
Итого		42,65	11,5	12,8	51,5	369
Всего		212,18	49,4	46,7	175,3	1323

Зав. производством (шеф-повар)

Л.В. Беленкова

Беленкова Л.В



Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г./

МЕНЮ

29 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	12,43	6,6	7,1	26,2	196
КАКАО С МОЛОКОМ	155	10,06	4	4,1	12,2	103
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	5,48	2,4	4,9	16,5	120
Итого		27,97	13	16,1	54,9	419
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	7,76	0,2	0,2	8,7	39
Итого		7,76	0,2	0,2	8,7	39
Обед						
"СОЛНЫШКО"	58	6,31	0,8	0,1	4	20
СУП ПОЛЕВОЙ НА К.Б СО СМЕТАНОЙ	250/25	62,70	3,7	5,6	23,7	159
РЫБА ПО "ПОЛЬСКИ"	75	62,20	17,3	13,4	1,6	197
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,59			7,9	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	1,34	3,1	0,3	20,6	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	1,42	2,9	0,4	18,8	91
Итого		136,55	27,8	19,8	76,6	595
Полдник						
КИСЕЛЬ	170	2,84				
Итого		2,84				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	70	9,35	1,1	4	4,5	58
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	130	33,33	10,2	8,8	46,5	308
ЧАЙ-ЗАВАРКА	150	0,09	0,2		0,5	3
Итого		42,77	11,5	12,8	51,5	369
Всего		217,89	52,5	48,9	191,7	1422

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова Л.В.