

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./



МЕНЮ

2 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП	190	15,51	4	7	12,5	131
КОФЕ	180	16,43	6	6,4	16,1	148
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ С МАСЛОМ	30	12,99	4,4	9,2	14,1	158
Итого		44,93	14,4	22,6	42,7	437
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	6,10	0,6	0,2	8	47
Итого		6,10	0,6	0,2	8	47
Обед						
СУП	180	33,47	8,1	8,5	17,8	180
ГОЛУШКИ С ПЕЧЕННЫМИ ПОДЛИВОМ.	185	26,77	19,4	19,8	23,7	351
КОМПОЗИЦИЯ С СУХОФРУКТОМ	180	2,52			6,5	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,13	2,6	0,2	17,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-ОБЛЕПХОВЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,20	2,5	0,3	15,9	76
Итого		65,09	32,6	28,8	81,3	715
Полдник						
ВАРЕНЕЦЫ	159	18,93				
ПРЯЖЕНОЕ	57	10,32	3,4	2,7	42,6	208
Итого		29,25	3,4	2,7	42,6	208
Ужин						
ТОМАТНЫЙ СУП	19	4,60	0,2		0,5	3
КАША ПШЕНИЧНАЯ	160	12,06	4,9	6,1	21,8	161
БЕФЕЖИКИ ИЗ ПЕЧЕНИ	200	4,47	18,1	16,3	8,9	276
ЧАЙ	180	0,46	0,2		4,9	20
БАТСОС	22	0,69	1,6	0,6	11,2	57
Итого		22,27	25	23	47,3	517
Всего		167,65	76	77,3	221,9	1924

Заказано производством (шеф-повар)

Л.В. Беленкова

Беленкова Л.В

Утверждаю



ГБОУ ООШ № 21

Л.И. Олина Е.И.

МЕНЮ 2 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
СУП	ЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	190	15,46	4	7	12,5	131
КОФЕ	НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	11,34	4,2	4,5	12,5	108
БУТЕ	ДЫ С СЫРОМ С МАСЛОМ	25/6/8	12,23	3,8	8,6	11,3	139
Итого		39,03	12	20,1	36,3		378
II Завтрак							
НАПИ	ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	6,09	0,6	0,2	8	47
Итого		6,09	0,6	0,2	8		47
Обед							
СУП	ОЛЬНИК НА М.К.Б.СО СМЕТАНОЙ	150	27,55	6,3	7,1	12,2	139
ГОЛУ	ПЕНИВЫЕ С ПОДЛИВОМ.	165	25,38	17,2	17,7	20,9	311
КОМ	З СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	4,66			5,4	22
ХЛЕБ	НИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,97	2,3	0,2	14,9	70
ХЛЕБ	Ю-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,05	2,2	0,3	13,9	67
Итого		59,61	28	25,3	67,3		609
Полдник							
ВАРЕ		159	18,93				
ПРЯН		57	10,32	3,4	2,7	42,6	208
Итого		29,25	3,4	2,7	42,6		208
Ужин							
ТОМ/	ОЛЕННЫЕ	19	4,59	0,2		0,5	3
КАШ/	НЕВАЯ	160	12,05	4,9	6,1	21,8	161
БЕФС	АНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ	200	4,44	18,1	16,3	8,9	276
ЧАЙ	АРОМ	150	0,35	0,2		3,6	15
БАТО	ЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,52	1,2	0,5	8,4	43
Итого		21,95	24,6	22,9	43,2		498
Всего		155,93	68,6	71,2	197,4		1740

Заказано из производством (шеф-повар)

Л.В. Беленкова

Беленкова Л.В