



Утверждаю

Руководитель учреждения
150 / 004116 21
Галина Е.Г.

МЕНЮ
9 октября 2025 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВАРЕННЫЕ	38	42,86	5,1	4,6	0,3	83
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	155	15,93	8,4	8,4	31	207
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	25/9/8	5,72	4,2	3,6	13,6	104
КАША С МОЛОКОМ	245	17,23	6,8	7,3	15,3	156
Итого		81,74	22,5	21,9	60,2	530
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	5,65	0,5	0,2	7,4	44
Итого		5,65	0,5	0,2	7,4	44
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	21	2,49	0,2		0,4	3
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР Б СО СМЕТАНОЙ	180/29	73,23	2,4	6,9	13,9	128
ПЛОВ	245	13,40	28	27,9	41,1	528
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,47			5,8	23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	1,33	2,8	0,4	17,7	85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,27	2,9	0,2	19,4	82
Итого		95,18	36,3	35,4	98,3	859
Полдник						
СНЕЖОК	147	17,41				
Итого		17,41				
Ужин						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	140/10	56,48	26,5	17,2	32,3	395
ЧАЙ ЗАВАРКА	150	0,09	0,2		0,4	
ЯБЛОКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ 1/2	145	14,70	0,4	0,4	23,3	10
Итого		71,26	27,1	17,6	56	50
Всего		271,25	86,4	75,1	221,9	19

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова

Беленкова Л.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голина Е.Г.

МЕНЮ

9 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	155	15,91	6,4	6,4	31	207
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	20/8/6	6,06	4	3,7	10,9	94
САЛАД С МОЛОКОМ	205	13,22	5,2	5,5	12,9	123
Итого		35,19	15,6	15,6	54,8	424
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	5,64	0,5	0,2	7,4	44
Итого		5,64	0,5	0,2	7,4	44
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	21	2,49	0,2		0,4	
СУП КУДРЯВЫЙ НА КУР. Б СО СМЕТАНОЙ	180/29	73,17	2,4	8,9	13,9	104
ПЛОД	245	13,40	28	27,9	41,1	206
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	3,20			4,9	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,09	2,5	0,2	16,6	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	1,17	2,4	0,3	15,5	
Итого		94,51	35,5	35,3	92,4	
Полдник						
СНЕЖОК	147	17,41				
Итого		17,41				
Ужин						
ВАРЕННИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	120/10	47,43	21,9	14,4	24,5	
ЧАЙ ЗАВАРКА	150	0,09	0,2		0,4	
ЯБЛОКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ 1/2	145	15,61	0,4	0,4	23,3	
Итого		63,13	22,5	14,8	48,2	
Всего		215,89	74,1	65,9	202,8	

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова Л.В.