

Утверждаю

Руководитель учреждения:
ГБОУ СОШ № 21
Голоина Е.Г. (Голоина Е.Г.)

МЕНЮ

10 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ	235	5,48	2,9	2,6	21,6	124
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/9	6,75	2,3	6,1	15,9	127
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	265	1,56	0,2		8,3	34
Итого		13,81	5,4	8,9	45,8	285
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	3,73	0,4	0,1	4,9	29
Итого		3,73	0,4	0,1	4,9	29
Обед						
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА ТУЦ СО СМЕТАНОЙ	150	55,78	5,7	11,8	12,7	182
КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	65	14,33	3	4,3	9,3	87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,51			8,5	34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,25	2,9	0,2	19,1	90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	0,91	2,7	0,4	17,4	84
Итого		74,77	14,3	16,7	67	477
Полдник						
КЕФИР	159	0,00	4,6	4	5,4	84
ПРЯНИКИ	36	6,62	2,2	1,7	27,3	133
Итого		6,62	6,8	5,7	33,7	217
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ ПОД ОМЛЕТОМ	130	118,69	7	10,2	15,8	184
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	50	3,94	1,6	0,7	24,3	111
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,57	0,2		6,1	25
Итого		123,20	9	10,9	46,2	320
Всего		222,13	35,9	42,3	197,6	1328

Зав. производством (шеф-повар) _____ Глинская В.А.

Утверждаю:

Руководитель учреждения
ГБЗУ СКХ № 21
Глинская В.А.

МЕНЮ

10 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша пшеничная	100	4.58	2.4	2.3	18.1	103
Булочки с маслом	20	6.45	1.6	5.9	12.7	111
Чай с сахаром	225	1.18	0.1		7.8	32
Итого		12.23	4.3	8.2	38.6	246
II Завтрак						
Чай с сахаром	100	3.72	0.4	0.1	4.9	29
Итого		3.72	0.4	0.1	4.9	29
Обед						
Суп с зеленым горошком на туце со сметаной	150	55.79	6.7	11.8	12.7	182
Котлеты капустные со сметанным соусом	65	14.30	3	4.3	9.3	87
Компот из смеси сухофруктов	150	2.23			7.1	28
Хлеб пшеничный обогащенный	33	1.07	2.5	0.2	16.4	73
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	0.00	2.4	0.3	15.3	70
Итого		73.39	13.6	16.6	60.8	447
Полдник						
Кефир	132	0.00	3.8	3.3	5.3	7
Печенье	36	6.63	2.2	1.7	27.3	13
Итого		6.63	6	5	32.6	20
Ужин						
Картофель под омлетом	130	118.58	7	10.2	15.8	1
Булочки с повидлом	50	3.95	1.8	0.7	24.3	1
Чай с сахаром	150	9.44	0.2		4.7	
Итого		122.97	9	10.9	44.8	
Всего		218.94	33.3	40.8	181.7	

Зав. производством (шеф-повар)

Глинская В.А.