

Салат из моркови с яблоком	65	8,89	0,7	3,9	5,3	60
Пицца детская	145	41,10	7,9	14,1	26,3	265
Чай с сахаром	185/15	1,03	0,2	0,1	15	60
Итого		51,01	8,8	18,1	46,6	385
Всего		192,25	43,3	50	160,2	1272

Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБОУ ООШ № 21
Голова Е.Г.

МЕНЮ

24 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	38	9,68	5,1	4,6	6,3	63
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	9,32	4,3	5,8	16,3	136
КАКАО С МОЛОКОМ	115	6,59	2,5	2,7	7,7	66
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/6	7,08	1,6	6,4	11,2	108
Итого		32,65	13,5	19,5	35,5	373
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,99	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,99	0,3	0,1	3,9	23
Обед						
ЛУКОВЫЙ САЛАТ	40	0,62	0,2	3,7	1,2	40
УХА РЫБНАЯ	185/8	67,15	4	6,4	20,8	157
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	110	30,18	12	1,7	18,8	138
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	3,48			3,8	15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,00	2,3	0,3	15,3	72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,07	2,2	0,3	14,3	69
Итого		103,50	20,7	12,3	74,2	491
Полдник						
КИСЕЛЬ	160	2,10				
Итого		2,10				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	65	8,89	0,7	3,9	5,3	60
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	145	41,10	7,9	14,1	26,3	265
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,03	0,2	0,1	15	60
Итого		51,01	8,8	18,1	46,6	385
Всего		192,25	43,3	50	160,2	1272

Зав. производством (шеф-повар)

Глинская В.А.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

(Голина Е.Г.)

МЕНЮ

24 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	38	9,69	5,1	4,6	0,3	63
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	11,12	5,1	7	19,2	161
КАКАО С МОЛОКОМ	140	7,84	3	3,2	8,5	76
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	7,27	2	6,6	13,9	123
Итого		35,92	15,2	21,4	41,9	423
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	2,98	0,3	0,1	3,9	23
Итого		2,98	0,3	0,1	3,9	23
Обед						
ЛУКОВЫЙ САЛАТ	40	0,82	0,2	3,7	1,2	40
УХА РЫБНАЯ	185/8	67,15	4	6,4	29,8	157
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	110	39,20	12	1,7	18,8	138
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,81			4,5	18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,17	2,7	0,2	17,9	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,23	2,5	0,3	16,3	79
Итого		102,17	21,4	12,3	79,5	516
Полдник						
КИСЕЛЬ	160	2,10				
Итого		2,10				
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	65	8,39	0,7	3,9	5,3	60
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	180	48,99	9,5	10,5	34,6	271
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,02	0,2	0,1	15	60
Итого		56,90	10,4	14,5	55,1	391
Всего		200,07	47,3	48,3	180,4	1353

Зав. производством (шеф-повар)

Глинская В.А.