

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

1 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,4	29,7	229	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,1	5,6	16,6	139	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>15,7</b>	<b>19</b>	<b>61,7</b>	<b>484</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		8	33	1
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>8</b>	<b>33</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6	10	16,9	184	14,9
	РИС ОТВАРНОЙ	200	3,4	6,9	35,6	218	0
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	80	9,4	15,8	6,2	206	1,6
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	<b>Итого</b>	<b>730</b>	<b>23,6</b>	<b>33,2</b>	<b>97,7</b>	<b>788</b>	<b>16,5</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,5	4,9	20,5	162	8,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>10,9</b>	<b>5,1</b>	<b>43,7</b>	<b>265</b>	<b>8,4</b>
	<b>Всего</b>		<b>50,3</b>	<b>57,3</b>	<b>211,1</b>	<b>1570</b>	<b>27,7</b>

## Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,6	21,8	173	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>12,4</b>	<b>16</b>	<b>47,3</b>	<b>383</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	<b>Итого</b>	<b>150</b>			<b>7,9</b>	<b>32</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,8	7,9	12,9	145	11,6
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСО КУР	60	8,5	11,3	3,9	153	1,2
	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,7	4,4	28,4	164	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	<b>Итого</b>	<b>609</b>	<b>20,1</b>	<b>24,1</b>	<b>80</b>	<b>622</b>	<b>12,8</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,2	3,8	15,9	124	6,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>7,8</b>	<b>3,9</b>	<b>33,9</b>	<b>203</b>	<b>6,9</b>
	<b>Всего</b>		<b>40,3</b>	<b>44</b>	<b>169,1</b>	<b>1240</b>	<b>21,9</b>