

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

2 ноября 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>							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,2	12,5	32	297	0,7
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
<b>Итого</b>		<b>395</b>	<b>23,2</b>	<b>26,9</b>	<b>76,4</b>	<b>642</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		9,2	40	2,6
<b>Итого</b>		<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>9,2</b>	<b>40</b>	<b>2,6</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	3	2	36	1
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,7	10	21,3	205	17
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,8	20,2	23,7	334	27,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>		<b>715</b>	<b>28</b>	<b>33,9</b>	<b>102</b>	<b>830</b>	<b>45,5</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,6	8,2	21,4	187	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>		<b>430</b>	<b>8,5</b>	<b>9,6</b>	<b>52,9</b>	<b>333</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>			<b>59,8</b>	<b>70,4</b>	<b>240,5</b>	<b>1845</b>	<b>50,7</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

2 ноября 2023 г.

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>							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,7	8,4	18	192	0,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
<b>Итого</b>		<b>290</b>	<b>18,2</b>	<b>21,6</b>	<b>55</b>	<b>489</b>	<b>1,2</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>							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,2	2,9	1,4	33	0,7
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,5	8	17,3	165	13,7
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,5	16	17	260	15,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>		<b>550</b>	<b>22,9</b>	<b>27,5</b>	<b>80,6</b>	<b>666</b>	<b>29,9</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ПРЯНИК	20	1,2	0,9	15	73	0
<b>Итого</b>		<b>320</b>	<b>6,7</b>	<b>8,1</b>	<b>38,7</b>	<b>255</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>			<b>47,8</b>	<b>57,2</b>	<b>182,2</b>	<b>1442</b>	<b>32,5</b>