

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	13,1	11,1	23,9	250	0,6
	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
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
Итого		395	22,1	25,5	68,3	595	1,6
II Завтрак							
	КЕФИР 2,5% жирности	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
Итого		180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,7	10,1	22	207	16,1
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	7,1	13	0,7	149	0,6
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,3	34,3	215	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		690	24,7	30	102	779	16,7
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	6,8	8,5	18,3	179	0,9
	ПЛЮШКА	80	9,2	11,2	56	361	0,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ЯБЛОКО	250	0,7	0,7	16,4	79	16,8
Итого		730	16,8	20,4	99,7	655	17,9
Всего			68,8	80,4	277,2	2124	37,5

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10	7,4	12,6	160	0,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,2	3,4	8,8	70	0
	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
Итого		290	17,1	20,2	46,9	441	1,1
II Завтрак							
	КЕФИР 2,5% жирности	150	4,4	3,8	6	80	1,1
Итого		150	4,4	3,8	6	80	1,1
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	8,1	20,1	178	13,8
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	6,5	9,9	0,3	117	0,4
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,8	5,4	24	158	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
Итого		570	20	23,9	79,2	613	14,2
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	5,5	6,6	14,3	139	0,8
	ПЛЮШКА	60	7,8	9	48	303	0,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ЯБЛОКО	200	0,6	0,6	15,7	75	16
Итого		590	14	16,2	86	549	17
Всего			55,5	64,1	218,1	1683	33,4