

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

6 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							
	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	7,6	8,5	31	233	0,9
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
Итого		426	17,3	22,1	63,9	528	1,9
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			18,3	73	0
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого		230	0,8	1	41,5	179	0
Обед							
	САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ	100	5,4	7,2	8,8	122	4,4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	4,9	7,9	14,1	148	7,1
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,7	0,3	24,3	115	0
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,6	9,3	10,1	162	0,7
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		830	31,4	34,5	108,1	883	121,5
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	3,9	19,2	123	9,2
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		544	20,4	23,7	64,7	564	21,9
Всего			69,9	81,3	278,2	2154	145,3

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

6 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							
	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	6,1	6,7	22,7	176	0,8
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
Итого		336	14,3	19,1	48,2	423	1,7
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150			14,4	58	0
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого		170	0,6	0,7	29,9	129	0
Обед							
	САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ	100	4,2	4,7	7,3	89	3,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	4,3	6,3	13,5	130	6,8
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	3	0,2	19,5	92	0
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,7	8,6	8,6	146	0,4
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,6	6	7,8	99	25,4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		710	25,9	26,4	87,5	706	96,3
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,6	5,4	15,7	121	7,4
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,8	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	1,2	2	6,4	48	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого		415	18,4	21,5	55,5	498	19,1
Всего			59,2	67,7	221,1	1756	117,1