

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

7 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>							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130	27	18,1	22,4	366	0,5
	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
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
	<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>39,7</b>	<b>37,2</b>	<b>67,1</b>	<b>770</b>	<b>1,5</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	6,2	10,1	18,9	193	15,9
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	70	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,3	6,6	27,9	224	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>35</b>	<b>28,8</b>	<b>104,9</b>	<b>820</b>	<b>17,4</b>
<b>Полдник</b>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,2	8,1	71,7	400	0,2
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>18,6</b>	<b>16,9</b>	<b>111,1</b>	<b>672</b>	<b>1,1</b>
	<b>Всего</b>		<b>93,4</b>	<b>82,9</b>	<b>291,1</b>	<b>2295</b>	<b>21</b>

## Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	21,2	13,8	12,7	263	0,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	20	1	2,5	7,4	56	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	<b>Итого</b>	<b>326</b>	<b>30,4</b>	<b>28,7</b>	<b>45,6</b>	<b>565</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>							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	5,1	8	15,3	156	12,8
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	60	10,4	10,7	9,8	177	0,6
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,1	5,7	23,2	188	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	<b>Итого</b>	<b>594</b>	<b>31,2</b>	<b>26,8</b>	<b>86,1</b>	<b>713</b>	<b>14,1</b>
<b>Полдник</b>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	9	5,9	60,3	329	0,2
	<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>15,6</b>	<b>12,7</b>	<b>90,6</b>	<b>538</b>	<b>1</b>
	<b>Всего</b>		<b>77,2</b>	<b>68,2</b>	<b>230,2</b>	<b>1848</b>	<b>16,9</b>

