

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

7 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>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	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
<b>Итого</b>		<b>415</b>	<b>15,7</b>	<b>19,4</b>	<b>63,3</b>	<b>495</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЦ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	7,6	11	22	218	16
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,3	16,2	0,9	190	0,3
	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
<b>Итого</b>		<b>690</b>	<b>28,8</b>	<b>34,1</b>	<b>102,2</b>	<b>831</b>	<b>16,3</b>
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>480</b>	<b>16,1</b>	<b>19,7</b>	<b>83,3</b>	<b>576</b>	<b>1,1</b>
<b>Всего</b>			<b>61,1</b>	<b>73,3</b>	<b>258,9</b>	<b>1945</b>	<b>21,2</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

7 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>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	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
<b>Итого</b>		<b>325</b>	<b>12,4</b>	<b>16,2</b>	<b>47,8</b>	<b>388</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЦ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	6,4	8,9	20,1	187	13,7
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,5	12,9	0,5	156	0,2
	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
<b>Итого</b>		<b>570</b>	<b>23,8</b>	<b>27,7</b>	<b>79,4</b>	<b>661</b>	<b>13,9</b>
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>390</b>	<b>13,4</b>	<b>15,6</b>	<b>70,3</b>	<b>474</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>			<b>50,1</b>	<b>59,6</b>	<b>207,6</b>	<b>1566</b>	<b>18,5</b>