

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

8 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		
Завтрак							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	8,4	28,9	225	0,9
	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
	Итого	415	15,3	19	62,1	485	1,8
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18,3	73	0
	Итого	180			18,3	73	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7	11,1	18,4	203	8,8
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10,3	14,6	26,2	278	13,6
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	Итого	650	22,1	26,2	84,5	665	22,4
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,5	4,9	20,5	162	8,4
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	410	11	5,1	44,8	271	9,4
	Всего		48,4	50,3	209,7	1494	33,6

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,2	6,6	21,3	170	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	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
	Итого	325	12,1	16	46,8	380	1,6
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ	150			14,4	58	0
	Итого	150			14,4	58	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,7	8,8	15	164	7
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,6	12,9	25,4	257	13,1
	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	549	19,4	22,2	75,2	581	20,1
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	5,4	1,8	9,9	78	3,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	Итого	320	7	1,9	28	158	4,5
	Всего		38,5	40,1	164,4	1177	26,2

