

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

8 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		
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
Итого		200			18,3	73	0
Обед							
	САЛАТ ЗИМНИЙ	85	1,6	3,1	8,1	68	4,8
	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	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		815	26,8	30,4	98	777	50
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			64,5	76,2	244,9	1942	73,8

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

8 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		
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
Итого		150			14,4	58	0
Обед							
	САЛАТ ЗИМНИЙ	60	1,1	3,1	6,6	59	3,9
	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	8,5	8,9	8,6	148	0,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,6	6	7,8	99	25,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		670	22,1	24,9	80,8	641	36,6
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			54,8	65,5	198,9	1620	57,4