

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

9 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	13,1	11,2	23,9	250	0,6
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,7	17	141	0,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	Итого	406	24,4	28,7	67,8	629	1,7
II Завтрак							
	БИФИДОК	180	6,1	4,5	9,9	110	1,3
	Итого	180	6,1	4,5	9,9	110	1,3
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	3	2	36	1
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,7	10,1	18,1	193	16,6
	ПТИЦА ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,5	15,6	22,5	275	10,4
	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
	Итого	705	23,2	29,3	87,6	712	28
Полдник							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	8,4	29,9	228	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
	Итого	450	11,1	10,8	76,6	449	1,9
	Всего		64,8	73,3	241,9	1900	32,9

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

9 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10	7,5	12,6	160	0,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1	2,5	7,4	56	0
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	Итого	301	19,2	22,5	45,1	462	1,2
II Завтрак							
	БИФИДОК	150	5,1	3,8	8,3	92	1,1
	Итого	150	5,1	3,8	8,3	92	1,1
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,2	2,9	1,4	33	0,7
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,1	8	14,3	152	11,4
	ПТИЦА ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	9,5	13,7	19	240	8,4
	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
	Итого	575	18,9	25,1	69,5	585	20,5
Полдник							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,2	6,6	21,3	170	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ПРЯНИК	45	2,7	2,1	33,8	165	0
	Итого	345	9	8,7	63,2	368	1,4
	Всего		52,2	60,1	186,1	1507	24,2