

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

11 октября 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
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,7	0,3	24,3	115	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
Итого		865	27,9	32,6	110,4	862	122,7
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	3,9	19,2	123	9,2
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		494	19,4	19,2	60,8	504	18,4
Всего			64,6	73,9	253,4	1967	143

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

11 октября 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
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,5	8,9	8,6	148	0,5
	ПОДЛИВ	30	1,2	2	6,4	48	0,7
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,6	6	7,8	99	25,4
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	3	0,2	19,5	92	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
Итого		700	23,8	27,1	93,2	726	97,3
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,6	5,4	15,7	121	7,4
	ПОДЛИВ	30	1,2	2	6,4	48	0,7
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,8	9,4	3,8	153	6,9
	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		365	17,4	17	51,6	438	15,6
Всего			55,5	63,2	207,4	1645	114,6