

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

13 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		
<b>Завтрак</b>							
	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
	<b>Итого</b>	<b>426</b>	<b>17,3</b>	<b>22,1</b>	<b>63,9</b>	<b>528</b>	<b>1,9</b>
<b>II Завтрак</b>							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			18,3	73	0
	<b>Итого</b>	<b>200</b>			<b>18,3</b>	<b>73</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ЗИМНИЙ	85	1,6	3,1	8,1	68	4,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	5,1	8	16,1	157	8,1
	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
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,7	0,3	24,3	115	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>27</b>	<b>30,5</b>	<b>100</b>	<b>786</b>	<b>51</b>
<b>Полдник</b>							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	3,9	19,2	123	9,2
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
	<b>Итого</b>	<b>464</b>	<b>8,2</b>	<b>10,6</b>	<b>57,4</b>	<b>357</b>	<b>14,4</b>
	<b>Всего</b>		<b>52,5</b>	<b>63,2</b>	<b>239,6</b>	<b>1744</b>	<b>67,3</b>

## 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 "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
<b>Итого</b>		<b>336</b>	<b>14,3</b>	<b>19,1</b>	<b>48,2</b>	<b>423</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150			14,4	58	0
<b>Итого</b>		<b>150</b>			<b>14,4</b>	<b>58</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ЗИМНИЙ	60	1,1	3,1	6,6	59	3,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	4,3	6,3	13,6	130	6,8
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,5	8,9	8,6	147	0,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,6	6	7,8	99	25,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	3	0,2	19,5	92	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>22,1</b>	<b>24,9</b>	<b>80,9</b>	<b>640</b>	<b>36,6</b>
<b>Полдник</b>							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,6	5,4	15,7	121	7,4
	ПОДЛИВ	30	1,2	2	6,4	48	0,7
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
<b>Итого</b>		<b>365</b>	<b>7,6</b>	<b>12,1</b>	<b>51,7</b>	<b>345</b>	<b>12,2</b>
<b>Всего</b>			<b>44</b>	<b>56,1</b>	<b>195,2</b>	<b>1466</b>	<b>50,5</b>