

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

13 декабря 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,4	29,7	229	0,9
	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)	16	3,4	4,3		53	0,1
Итого		431	19,1	23,4	62,1	539	1,9
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
Итого		180	0,6	0,3	18,1	88	72
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,4	3	11,3	85	15,8
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,5	9,8	21,3	202	7,6
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,6	18,4	55	452	0,2
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	13,5	57	1,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		705	29	31,8	122,3	898	25,2
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,1	6,1	23,6	166	11,1
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ПОДЛИВ	50	0,8	3	4,6	48	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		624	21,7	27	70,7	623	24
Всего			70,4	82,5	273,2	2148	123,1

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

13 декабря 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,6	21,8	173	0,8
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	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	14,7	19,1	46,9	419	1,7
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
Итого		150	0,5	0,2	13,8	68	60
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,8	3	8,1	68	8,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,2	7,9	16,2	158	6,5
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	14,5	14,3	44,8	365	0,2
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	12,5	52	1,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		570	24,2	25,7	98,6	725	16,4
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,5	6	18,9	144	8,7
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,8	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	0,5	1,9	2,4	29	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого		515	18,2	22	52,5	492	20,4
Всего			57,6	67	211,8	1704	98,5