

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

16 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	18,8	14	31,7	329	2,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	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
Итого		395	27,8	28,4	76,1	674	3,3
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	77	3,6
Итого		180	0,9	0,2	17,8	77	3,6
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	3	2	36	1
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,7	10	21,3	205	17
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,8	20,2	23,7	334	27,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
Итого		715	28	33,9	102	830	45,5
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,6	8,2	21,4	187	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ПРЯНИК	45	2,7	2,1	33,8	165	0
Итого		445	9,4	10,3	64,2	388	0,9
Всего			66,1	72,8	260,1	1969	53,3

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____ /Гриднева Л.А./**МЕНЮ**
16 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	11,6	9,4	17,9	204	1,2
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	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
	Итого	355	19,1	22,6	54,9	501	2,1
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,9	65	3
	Итого	150	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,2	2,9	1,4	33	0,7
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,5	8	17,3	165	13,7
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,5	16	17	260	15,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	Итого	550	22,9	27,5	80,6	666	29,9
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ПРЯНИК	40	2,4	1,9	30	146	0
	Итого	340	7,9	9,1	53,7	328	0,8
	Всего		50,7	59,4	204,1	1560	35,8