

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

19 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		
<b>Завтрак</b>							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,2	12,4	32	297	0,7
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,4	4,3		53	0,1
	<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>26,6</b>	<b>31,1</b>	<b>76,4</b>	<b>695</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		9,2	40	2,6
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>9,2</b>	<b>40</b>	<b>2,6</b>
<b>Обед</b>							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,4	3	11,3	85	15,8
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,5	10,2	23,4	213	8,7
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,1	19,1	55	456	0,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>28,3</b>	<b>32,7</b>	<b>119,6</b>	<b>891</b>	<b>25</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,6	8,2	21,4	187	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
	<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>8,5</b>	<b>9,6</b>	<b>52,9</b>	<b>333</b>	<b>0,9</b>
	<b>Всего</b>		<b>63,5</b>	<b>73,4</b>	<b>258,1</b>	<b>1959</b>	<b>30,3</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

19 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		
<b>Завтрак</b>							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,7	8,3	18	192	0,3
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	<b>Итого</b>	<b>301</b>	<b>20,5</b>	<b>24,5</b>	<b>55</b>	<b>525</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	<b>Итого</b>	<b>150</b>			<b>7,9</b>	<b>32</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,8	3	8,1	68	8,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,1	8,1	16,9	163	7
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	14,1	14,9	44,8	368	0,4
	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
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>26,7</b>	<b>26,6</b>	<b>114,7</b>	<b>807</b>	<b>15,9</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ПРЯНИК	20	1,2	0,9	15	73	0
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>6,7</b>	<b>8,1</b>	<b>38,7</b>	<b>255</b>	<b>0,8</b>
	<b>Всего</b>		<b>53,9</b>	<b>59,2</b>	<b>216,3</b>	<b>1619</b>	<b>18,6</b>