

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	13,2	11,2	23,9	250	0,6
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	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)	11	2,3	3		36	0,1
	Итого	406	24,5	28,7	67,8	629	1,7
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		9,1	40	2,3
	Итого	180	0,1		9,1	40	2,3
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	3	2	36	1
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	7,6	10,4	18,1	199	16,5
	ПТИЦА ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	19,4	23,3	22,5	380	10,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	Итого	705	33	37,3	87,6	823	27,9
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	7,7	9,1	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	БАНАН	250	2	0,7	28,5	130	5,6
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
	Итого	680	12,1	10,7	83,3	481	6,5
	Всего		69,7	76,7	247,8	1973	38,4

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,1	7,5	12,6	160	0,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1	2,5	7,4	56	0
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	Итого	301	19,3	22,5	45,1	462	1,2
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
	Итого	180	1,8	1,4	30,4	142	0,6
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,2	2,9	1,4	33	0,7
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,3	7,8	14,3	151	11,3
	ПТИЦА ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	17,6	20,7	19	335	8,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	Итого	575	27,2	31,9	69,5	679	20,4
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	6,5	21,6	170	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	БАНАН	200	2,4	0,8	33,6	154	16
	Итого	520	10	7,9	73,5	408	16,8
	Всего		58,3	63,7	218,5	1691	39