

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 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		
Завтрак							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130	27	18,1	22,4	366	0,5
	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
	Итого	411	39,4	36,8	66,8	764	1,6
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	180	5,2	4,5	7,6	97	0,5
	ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
	Итого	210	7	5,9	30,1	207	0,5
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,7	10,1	22	207	16,1
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,6	16,7	4,5	211	1
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,3	34,3	215	0
	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	690	28,2	33,7	105,8	841	17,1
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	6,8	8,5	18,3	179	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ПЛЮШКА	80	9,2	11,2	56	361	0,2
	Итого	480	16,1	19,7	83,3	576	1,1
	Всего		90,7	96,1	286	2388	20,3

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 сентября 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 (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	21,2	13,8	12,7	263	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
Итого		356	31	30	49,7	596	1,3
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	150	4,4	3,8	6,3	81	0,5
	ПРЯНИК	20	1,2	0,9	14,6	71	0
Итого		170	5,6	4,7	20,9	152	0,5
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	8,1	20,1	178	13,8
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,3	12,7	2,7	161	0,7
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,8	5,4	24	158	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		570	22,8	26,7	81,6	657	14,5
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	5,5	6,6	14,3	139	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	80	9,2	12	56	368	0,2
	ПЛЮШКА	60	7,8	9	48	303	0,2
Итого		470	22,6	27,6	126,3	842	1,2
Всего			82	89	278,5	2247	17,5