

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 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		
Завтрак							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,2	12,5	32	297	0,7
	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
Итого		395	23,2	27	75,9	640	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	6,7	10,1	18,1	193	16,6
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,5	15,6	22,5	275	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	23,2	29,3	87,6	712	28
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	7,7	9,1	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого		430	10,1	10	54,8	351	0,9
Всего			56,6	66,3	227,4	1743	32,9

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 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		
Завтрак							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,7	8,4	18	192	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
Итого		290	17,6	20,4	50,5	458	1,1
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
Итого		150			7,9	32	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	5,1	8	14,3	152	11,4
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	9,5	13,7	19	239	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	18,9	25,1	69,5	584	20,5
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
Итого		320	7,6	7,1	39,9	254	0,8
Всего			44,1	52,6	167,8	1328	23