

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

27 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		
<b>Завтрак</b>							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	8,6	9,8	28	237	0,9
	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)	16	3,4	4,3		53	0,1
	БАНАН	250	2	0,7	28,5	130	5,6
<b>Итого</b>		<b>681</b>	<b>21,4</b>	<b>25,5</b>	<b>88,9</b>	<b>677</b>	<b>7,5</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
<b>Итого</b>		<b>180</b>	<b>0,6</b>	<b>0,3</b>	<b>18,1</b>	<b>88</b>	<b>72</b>
<b>Обед</b>							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,4	3	11,3	85	15,8
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	7,2	10,4	21,3	209	7,6
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	18	19,7	55	469	0,2
	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>30,9</b>	<b>33,5</b>	<b>117,5</b>	<b>900</b>	<b>23,6</b>
<b>Полдник</b>							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,1	6,1	23,6	166	11,1
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
	МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	38
<b>Итого</b>		<b>624</b>	<b>20,7</b>	<b>19,7</b>	<b>69,7</b>	<b>553</b>	<b>57,6</b>
<b>Всего</b>			<b>73,6</b>	<b>79</b>	<b>294,2</b>	<b>2218</b>	<b>160,7</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

27 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		
<b>Завтрак</b>							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	6,7	7,5	20,8	178	0,8
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	БАНАН	200	2,4	0,8	33,6	154	16
<b>Итого</b>		<b>536</b>	<b>17,3</b>	<b>20,8</b>	<b>79,5</b>	<b>578</b>	<b>17,7</b>
<b>II Завтрак</b>							
	БИФИДОК	100	2,9	2,5	4	53	0,7
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4</b>	<b>53</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,8	3	8,1	68	8,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,7	8,4	16,2	164	6,5
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	15,8	15,5	44,8	380	0,2
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>		<b>570</b>	<b>25,9</b>	<b>27,3</b>	<b>93,9</b>	<b>725</b>	<b>15,2</b>
<b>Полдник</b>							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,5	6	18,9	144	8,7
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,8	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	0,5	1,9	2,4	29	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,2	15,4	73	0
	МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	38
<b>Итого</b>		<b>565</b>	<b>18</b>	<b>17,7</b>	<b>56,1</b>	<b>470</b>	<b>54,9</b>
<b>Всего</b>			<b>64,1</b>	<b>68,3</b>	<b>233,5</b>	<b>1826</b>	<b>88,5</b>