

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

29 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							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	8,4	29,9	228	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	16,2	125	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
Итого		415	14,6	18,1	61,5	469	1,7
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			18,3	73	0
	ПРЯНИК	30	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого		230	2,1	1,6	44,6	201	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,3	11,1	20,3	212	9,7
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,2	10,7	1,8	136	0,9
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	2,2	4,4	41	0,6
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,7	7,3	30,3	214	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			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		785	28,7	31,9	101,8	811	11,2
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,4	7,4	23,1	185	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого		430	8,8	8,3	47,5	300	0,8
Всего			54,2	59,9	255,4	1781	13,7

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

29 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							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,2	6,6	21,3	170	0,8
	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
Итого		325	12,1	16	46,8	381	1,6
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150			14,4	58	0
	ПРЯНИК	20	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого		170	1,8	1,4	36,9	168	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	6	8,9	17,6	176	8,3
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,3	9,1	1,3	116	0,7
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	1,7	2,7	30	0,4
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,9	6,2	21,9	162	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		630	22,9	26,4	78,3	644	9,4
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,4	5,7	16,5	136	0,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,9	40	0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого		320	6	6,3	36,7	228	0,5
Всего			42,8	50,1	198,7	1421	11,5