

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

1 августа 2024 г.

Сад 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	3,56	17,02	0,78
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	170	10,30	13,86	5,01	186,70	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,21	5,68	16,98	141,27	0,94
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,66	4,72	0,00	57,77	0,00
	Итого	451	21,94	29,30	41,01	518,76	2,24
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	3,92	8,12	17,37	158,90	8,66
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНО ТОМАТНЫМ СОУСОМ	150/50	13,82	18,69	23,52	319,35	27,48
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	Итого	671	23,34	27,44	85,85	686,11	36,14
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,31	7,20	15,64	149,60	0,78
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	Итого	330	7,66	8,07	39,00	260,36	0,80
	Всего		53,44	64,91	175,96	1 508,23	41,18

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

1 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,74	13,24	4,10	175,06	0,42
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	3,56	17,02	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,34	4,74	14,63	119,69	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,55	3,25	0,00	40,04	0,08
	Итого	366	18,65	25,98	32,61	441,61	2,06
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	3,14	6,47	13,97	127,04	6,86
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНО ТОМАТНЫМ СОУСОМ	140/20	12,66	15,08	18,74	262,60	22,72
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	Итого	559	19,98	22,02	67,45	549,54	29,58
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,31	7,20	15,64	149,60	0,78
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	7,94	32,18	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	Итого	320	6,91	7,78	33,86	234,18	0,80
	Всего		46,04	55,88	144,02	1 268,33	34,44