

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

# МЕНЮ

1 октября 2024 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,26	7,36	30,12	212,74	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,42	4,66	15,62	123,23	0,78
	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
<b>Итого</b>		<b>415</b>	<b>12,96</b>	<b>17,02</b>	<b>61,20</b>	<b>451,97</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
	ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
<b>Итого</b>		<b>215</b>	<b>7,29</b>	<b>6,15</b>	<b>33,81</b>	<b>225,30</b>	<b>0,54</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	5,36	7,19	8,75	121,40	4,42
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	6,26	10,15	18,81	192,80	15,94
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,29	10,53	10,08	172,10	0,78
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,55	39,64	0,79
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,36	6,54	27,92	223,94	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
<b>Итого</b>		<b>780</b>	<b>40,64</b>	<b>37,06</b>	<b>114,10</b>	<b>953,87</b>	<b>21,93</b>
<b>Полдник</b>							
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,47	3,66	8,89	90,41	0,54
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,99	8,75	11,51	143,20	37,27
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,54	48,32	0,79
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	ЯБЛОКО	250	0,67	0,67	16,42	78,73	16,75
<b>Итого</b>		<b>794</b>	<b>14,38</b>	<b>16,34</b>	<b>71,42</b>	<b>497,26</b>	<b>55,37</b>
<b>Всего</b>			<b>75,27</b>	<b>76,57</b>	<b>280,53</b>	<b>2 128,40</b>	<b>79,40</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_/Гриднева Л.А./

# МЕНЮ

1 октября 2024 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,45	5,20	21,18	150,22	0,57
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,19	3,41	12,31	93,59	0,57
	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
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>9,17</b>	<b>13,32</b>	<b>43,81</b>	<b>333,61</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>6,12</b>	<b>5,16</b>	<b>28,80</b>	<b>190,80</b>	<b>0,45</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	4,19	4,72	7,31	88,71	3,70
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,11	8,21	15,21	155,92	12,73
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,35	8,90	8,56	147,60	0,60
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	3,00	32,13	0,61
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,13	5,58	23,26	187,82	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>33,48</b>	<b>29,87</b>	<b>91,12</b>	<b>768,21</b>	<b>17,64</b>
<b>Полдник</b>							
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,42	2,68	8,56	80,02	0,38
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,14	6,14	8,88	105,13	29,66
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,89	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	ЯБЛОКО	200	0,54	0,54	13,13	62,98	13,40
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>11,15</b>	<b>11,46</b>	<b>49,91</b>	<b>352,67</b>	<b>44,07</b>
	<b>Всего</b>		<b>59,92</b>	<b>59,81</b>	<b>213,64</b>	<b>1 645,29</b>	<b>63,30</b>