

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

1 ноября 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,30	12,26	31,87	297,35	0,63
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	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
Итого		395	22,51	25,64	74,03	620,28	1,47
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Итого		200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,22	11,24	20,26	211,75	9,74
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,59	11,30	1,81	143,28	1,08
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,93	2,20	4,31	41,15	0,55
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	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
Итого		785	29,03	32,73	100,59	813,64	11,37
Полдник							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	3,56	17,02	0,78
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	26,69	15,90	8,42	284,29	1,15
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого		444	30,71	16,22	42,21	439,89	2,91
Всего			82,25	74,59	235,17	1 947,19	15,75

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

1 ноября 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,64	8,39	17,92	191,58	0,40
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,24	3,30	8,80	69,79	0,04
	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
Итого		290	16,60	19,81	49,35	444,76	1,01
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Итого		150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	6,01	9,10	17,51	176,32	8,25
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,84	9,68	1,20	123,24	0,81
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,63	1,79	2,71	29,68	0,37
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,87	6,07	21,98	161,84	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
Итого		630	23,53	27,11	77,18	647,11	9,43
Полдник							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	3,56	17,03	0,78
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	130	23,50	11,69	5,74	222,80	0,86
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,10	29,51	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,34	0,19	15,36	72,49	0,00
Итого		365	26,46	11,92	31,76	341,83	2,24
Всего			66,59	58,84	172,77	1 491,64	12,68