

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____ /Гриднева Л.А./**МЕНЮ**

2 июля 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						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,3	7,4	30,1	213	0,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	16,2	125	0,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
Итого	431	16,7	21,8	62	513	1,6
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	180			17,4	70	0
Итого	180			17,4	70	0
Обед						
САЛАТ ЗИМНИЙ	85	1,4	3,1	7,3	64	4,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6	10	16,9	184	14,9
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	11,3	13,2	7,3	193	1,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого	645	24,3	26,9	76,5	649	20,4
Полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,9	5,3	8,6	117	0,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,2	9,1	9,7	135	30,1
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
Итого	440	14,5	14,6	42,4	359	30,5
Всего		55,5	63,3	198,3	1591	52,5

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,2	4,9	20,8	145	0,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,9	3,1	12,9	92	0,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,2		40	0,1
Итого	336	11,2	15,9	44	366	1,1
II Завтрак						
КИСЕЛЬ	150			14,4	58	0
Итого	150			14,4	58	0
Обед						
САЛАТ ЗИМНИЙ	65	1	3,1	5,6	55	3,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,8	7,9	12,9	145	11,6
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80	10,4	12,6	5,6	178	0,9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого	544	20,3	24,1	58,9	538	16
Полдник						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,9	5,3	8,6	117	0,4
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,4	6	7	94	22,5
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого	385	14,1	11,5	41,2	326	22,9
Всего		45,6	51,5	158,5	1288	40