

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		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>431</b>	<b>16,7</b>	<b>21,8</b>	<b>62</b>	<b>513</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЕЛЬ	180			17,4	70	0
<b>Итого</b>	<b>180</b>			<b>17,4</b>	<b>70</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>24,3</b>	<b>26,9</b>	<b>76,5</b>	<b>649</b>	<b>20,4</b>
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>440</b>	<b>14,5</b>	<b>14,6</b>	<b>42,4</b>	<b>359</b>	<b>30,5</b>
<b>Всего</b>		<b>55,5</b>	<b>63,3</b>	<b>198,3</b>	<b>1591</b>	<b>52,5</b>

## 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	4,2	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
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>11,2</b>	<b>15,9</b>	<b>44</b>	<b>366</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЕЛЬ	150			14,4	58	0
<b>Итого</b>	<b>150</b>			<b>14,4</b>	<b>58</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>544</b>	<b>20,3</b>	<b>24,1</b>	<b>58,9</b>	<b>538</b>	<b>16</b>
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>385</b>	<b>14,1</b>	<b>11,5</b>	<b>41,2</b>	<b>326</b>	<b>22,9</b>
<b>Всего</b>		<b>45,6</b>	<b>51,5</b>	<b>158,5</b>	<b>1288</b>	<b>40</b>