

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

3 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,12	7,45	28,60	210,85	0,78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	0,78
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,24	0,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
<b>Итого</b>	<b>431</b>	<b>17,17</b>	<b>21,42</b>	<b>59,58</b>	<b>502,69</b>	<b>1,66</b>
<b>II Завтрак</b>						
БИФИДОК	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
<b>Итого</b>	<b>235</b>	<b>9,43</b>	<b>8,43</b>	<b>37,04</b>	<b>267,95</b>	<b>1,40</b>
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,34	3,16	11,26	84,45	15,78
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,27	10,20	21,28	203,25	7,72
ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,04	19,03	55,20	455,70	0,49
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
<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>27,96</b>	<b>32,83</b>	<b>116,68</b>	<b>876,34</b>	<b>23,99</b>
<b>Полдник</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,84	7,26	20,02	169,86	0,78
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>8,21</b>	<b>8,13</b>	<b>43,42</b>	<b>280,87</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>		<b>62,77</b>	<b>70,81</b>	<b>256,72</b>	<b>1 927,85</b>	<b>27,85</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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,02	5,26	19,53	146,38	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>12,06</b>	<b>16,33</b>	<b>42,16</b>	<b>366,17</b>	<b>1,21</b>
<b>II Завтрак</b>							
	БИФИДОК	150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>7,35</b>	<b>6,69</b>	<b>30,57</b>	<b>216,60</b>	<b>1,05</b>
<b>Обед</b>							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,63	3,09	8,26	68,28	8,40
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2,42	5,66	16,13	125,92	6,51
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	13,98	14,82	44,85	368,42	0,47
	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
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>20,68</b>	<b>23,92</b>	<b>92,98</b>	<b>671,29</b>	<b>15,38</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,18	5,95	13,81	126,32	0,57
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>5,78</b>	<b>6,53</b>	<b>31,07</b>	<b>207,01</b>	<b>0,59</b>
	<b>Всего</b>		<b>45,87</b>	<b>53,47</b>	<b>196,78</b>	<b>1 461,07</b>	<b>18,23</b>