

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

4 марта 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8	8,3	30,7	230	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	Итого	415	15,4	18,9	63,9	490	1,8
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
	Итого	200	1	0,2	20,2	86	4
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	3	2	36	1
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	9,6	10,1	33,3	262	6,4
	ПЛОВ С КУРАМИ	200	11,2	16,5	41,7	360	1,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	690	26,8	30,2	122	866	9,1
Полдник							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	4,4	8,2	20	174	29,5
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	410	6,9	8,4	44,3	283	30,5
	Всего		50,1	57,7	250,4	1725	45,4

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

4 марта 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							
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,3	6,5	22,5	174	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	Итого	325	12,2	15,9	48	384	1,6
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
	Итого	200	1	0,2	20,2	86	4
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,2	1,9	1,4	24	0,7
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	8,2	8,1	27,7	217	5,3
	ПЛОВ С КУРАМИ	150	9,4	13,6	30	280	1,1
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	Итого	560	21,9	24,1	93,9	681	7,1
Полдник							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,4	6,2	16,1	136	21
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	Итого	350	5	6,3	34,2	216	21,6
	Всего		40,1	46,5	196,3	1367	34,3