

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

4 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							
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	170	10,3	13,8	5	187	0,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,7	17	141	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,4	79	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	Итого	385	17,7	24,5	37,4	444	1,4
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
	Итого	130	2,3	1,5	32,6	153	2
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	7	11,2	17,4	199	8,8
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРАМИ	200	13,8	18,1	33,7	356	42,8
	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	671	26,4	29,9	96,1	763	51,6
Полдник							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	5,3	6,3	34,3	215	0
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	208	7,5
	ПОДЛИВ	30	0,5	1,9	3	32	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
	Итого	424	21,5	21,6	74,7	591	8,2
	Всего		67,9	77,5	240,8	1951	63,2

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,7	13,2	4,1	175	0,4
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	Итого	305	15,6	22,7	29,2	384	1,2
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	ПРЯНИК	20	1,2	0,9	15	73	0
	Итого	120	1,7	1	25,1	116	2
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,7	8,8	14	160	7
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРАМИ	150	11,5	14,7	25	281	32,2
	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	549	21,3	24	73,8	601	39,2
Полдник							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,8	4,5	24	151	0
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,8	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	1,1	2	6,4	48	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	Итого	420	18,5	16,1	59,8	467	7,6
	Всего		57,1	63,8	187,9	1568	50