

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

4 сентября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,82	8,87	26,78	219,24	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,36	4,75	15,61	123,81	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	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
	Итого	431	17,84	22,91	57,85	512,01	1,66
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	17,14	84,42	72,00
	Итого	180	0,59	0,24	17,14	84,42	72,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,24	10,07	17,48	186,68	15,13
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,38	6,24	34,25	214,72	0,00
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,29	10,53	10,08	172,06	0,78
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,54	48,32	0,79
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,11	0,11	11,22	46,87	1,06
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	Итого	795	27,73	33,53	115,83	877,86	18,77
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,06	6,08	23,67	166,21	11,06
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,10	13,09	7,27	207,18	7,47
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,54	48,32	0,79
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	574	20,41	22,43	65,54	558,31	19,34
	Всего		66,57	79,11	256,36	2 032,60	111,77

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,49	6,21	18,96	154,56	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	12,80	96,39	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
	Итого	336	12,55	17,36	42,08	377,15	1,21
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	Итого	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	2,94	1,34	32,84	0,67
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,14	8,15	14,39	152,16	12,21
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,76	5,25	23,99	158,28	0,00
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	60	8,06	8,88	6,61	138,37	0,60
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,88	0,61
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,84	40,99	0,88
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	Итого	620	21,88	27,76	85,49	680,46	14,97
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,48	5,97	18,93	143,80	8,66
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,74	9,32	3,76	152,76	6,83
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,88	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,34	0,19	15,36	72,49	0,00
	Итого	415	17,08	17,46	47,35	426,22	16,12
	Всего		52,00	62,78	188,73	1 552,24	92,30