

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	18,1	16,5	17,2	294	1,1
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	30	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,7	17	141	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
	Итого	441	30,8	35,7	61,4	696	2,1
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА	180	4,4	3,8	6,3	81	0,5
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
	Итого	200	5	4,5	21,8	152	0,5
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,2	8	21,6	195	6,3
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,2	10,6	8,9	166	0,8
	ПОДЛИВ	30	0,8	3	4,6	48	0,9
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	Итого	740	28,7	31,3	91,6	763	45,3
Полдник							
	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	7,6	10,1	32	251	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	Итого	410	10,1	11	56,9	369	1,9
	Всего		74,6	82,5	231,7	1980	49,8

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	100	13,8	10,4	11,6	199	0,5
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,2	3,4	8,8	70	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
Итого		336	23,5	26,5	45,5	518	1,4
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА	150	4,4	3,8	6,3	81	0,5
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого		170	5	4,5	21,8	152	0,5
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	7,2	6,4	17,8	160	5,4
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,6	6	7,8	99	25,4
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	9,2	10,6	8,9	166	0,8
	ПОДЛИВ	30	0,6	1,9	3	32	0,7
	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		600	23,7	25,4	72,3	617	32,3
Полдник							
	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,2	9,1	22,8	198	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
Итого		370	7,8	9,7	41,2	283	1,4
Всего			60	66,1	180,8	1570	35,6