

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

5 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		
<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	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
<b>Итого</b>		<b>415</b>	<b>13,74</b>	<b>17,11</b>	<b>59,26</b>	<b>448,09</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>		<b>130</b>	<b>2,27</b>	<b>1,51</b>	<b>32,60</b>	<b>152,80</b>	<b>2,00</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	16,02	19,01	55,20	455,49	0,49
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,11	0,11	10,25	43,00	1,06
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
<b>Итого</b>		<b>705</b>	<b>28,05</b>	<b>32,92</b>	<b>119,19</b>	<b>888,17</b>	<b>25,05</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	6,89	8,48	19,36	182,51	0,94
	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	32,40	0,02
<b>Итого</b>		<b>430</b>	<b>9,26</b>	<b>9,35</b>	<b>42,76</b>	<b>293,51</b>	<b>0,96</b>
<b>Всего</b>			<b>53,32</b>	<b>60,89</b>	<b>253,81</b>	<b>1 782,57</b>	<b>29,57</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
<b>Итого</b>		<b>325</b>	<b>9,74</b>	<b>13,38</b>	<b>42,16</b>	<b>329,77</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>		<b>130</b>	<b>2,27</b>	<b>1,51</b>	<b>32,60</b>	<b>152,80</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,63	3,09	8,26	68,28	8,40
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,96	8,23	16,13	159,14	6,61
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	13,96	14,80	44,85	368,23	0,47
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,88	37,12	0,88
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>		<b>570</b>	<b>23,29</b>	<b>26,56</b>	<b>95,08</b>	<b>714,35</b>	<b>16,36</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	5,45	7,39	14,28	146,39	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	6,99	28,35	0,02
<b>Итого</b>		<b>320</b>	<b>7,06</b>	<b>7,97</b>	<b>31,55</b>	<b>227,14</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>			<b>42,36</b>	<b>49,42</b>	<b>201,39</b>	<b>1 424,06</b>	<b>20,30</b>