

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 ноября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,56	7,85	29,08	218,21	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
Итого		415	14,18	17,51	59,74	455,45	1,56
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,11	88,29	72,00
	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
Итого		215	3,22	3,67	44,15	234,24	72,00
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,43	8,05	21,50	184,95	16,09
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,64	16,65	4,43	210,45	1,04
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,38	6,24	34,25	214,72	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	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		690	28,05	31,57	104,17	814,11	17,13
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	6,05	7,55	17,03	161,18	0,78
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,16	8,03	71,82	400,05	0,25
	ЯБЛОКО	250	0,67	0,67	16,42	78,73	16,75
Итого		750	17,00	16,25	113,25	672,36	17,80
Всего			62,45	69,00	321,31	2 176,16	108,49

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 ноября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,31	5,53	20,49	153,87	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
Итого		325	10,03	13,65	43,12	337,26	1,14
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого		180	2,74	3,14	36,13	193,51	60,00
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,51	6,54	19,66	160,02	13,76
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	6,42	9,97	0,35	116,73	0,43
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,76	5,25	23,99	158,28	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого		570	19,87	22,23	77,78	591,06	14,19
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	4,31	5,33	12,45	115,85	0,57
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	8,78	5,81	60,43	329,01	0,19
	ЯБЛОКО	200	0,63	0,63	15,52	74,45	15,84
Итого		610	13,82	11,77	95,38	547,60	16,62
Всего			46,46	50,79	252,41	1 669,43	91,95