

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 декабря 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	6,98	7,93	26,37	205,65	0,62
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,50	3,72	13,83	103,78	0,62
	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	12,76	16,65	55,66	425,43	1,24
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,11	8,20	21,64	197,04	6,35
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,80	7,18	16,18	140,66	6,27
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,31	10,16	5,70	147,43	1,10
	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	640	25,82	26,17	87,51	689,12	13,72
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,90	7,09	8,36	110,58	26,96
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	18,05	5,97	14,32	183,58	1,32
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	3,01	32,17	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	8,08	33,74	0,79
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	464	24,97	15,32	55,85	464,27	29,68
	Всего		64,05	58,24	209,12	1 621,82	46,64

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

5 декабря 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	0,52
	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	9,65	13,71	40,69	326,31	1,04
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,21	6,59	17,54	158,57	5,39
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	2,29	6,76	13,47	123,85	5,06
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,48	8,68	4,09	124,47	0,90
	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	540	21,16	22,50	68,88	562,92	11,35
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,02	4,48	5,96	73,32	18,14
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,74	4,81	11,15	147,00	0,91
	ПОДЛИВ	30	0,95	2,05	5,96	46,16	0,33
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,07	29,28	0,50
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	385	20,51	11,56	47,70	378,65	19,88
	Всего		51,82	47,87	167,37	1 310,88	34,27