

**МЕНЮ**  
6 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		
<b>Завтрак</b>							
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8,6	9,8	28	237	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	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
	<b>Итого</b>	<b>431</b>	<b>19,7</b>	<b>25,1</b>	<b>61,2</b>	<b>555</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,6</b>	<b>0,3</b>	<b>18,1</b>	<b>88</b>	<b>72</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	11,2	18,2	198	12,4
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,3	34,3	215	0
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	80	11	17,4	6,2	227	1,6
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	<b>Итого</b>	<b>701</b>	<b>27,5</b>	<b>35,5</b>	<b>103,7</b>	<b>848</b>	<b>14</b>
<b>Полдник</b>							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	6	16,6	133	7,5
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ПОДЛИВ	30	0,7	3	4,6	48	0,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>19</b>	<b>22,8</b>	<b>65,5</b>	<b>557</b>	<b>29,1</b>
	<b>Всего</b>		<b>66,8</b>	<b>83,7</b>	<b>248,5</b>	<b>2048</b>	<b>116,9</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

6 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		
<b>Завтрак</b>							
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,7	7,5	20,8	178	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
<b>Итого</b>		<b>336</b>	<b>14,9</b>	<b>19,9</b>	<b>46,3</b>	<b>424</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
<b>Итого</b>		<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>13,8</b>	<b>68</b>	<b>60</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,1	9,9	15	172	10,8
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСО КУР	60	8,5	11,3	3,9	153	1,2
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,8	4,5	24	151	0
	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
<b>Итого</b>		<b>579</b>	<b>21,5</b>	<b>26,2</b>	<b>77,7</b>	<b>636</b>	<b>12</b>
<b>Полдник</b>							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,7	5,8	11,8	110	5,1
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,7	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	0,4	1,9	2,4	29	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>15,9</b>	<b>17,7</b>	<b>48,9</b>	<b>433</b>	<b>25,9</b>
<b>Всего</b>			<b>52,8</b>	<b>64</b>	<b>186,7</b>	<b>1561</b>	<b>99,6</b>