

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

6 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 ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,08	6,45	27,66	193,97	0,62
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,52	3,81	13,27	102,48	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	11,88	15,26	56,39	412,45	1,24
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
Итого		215	2,66	1,89	42,42	208,65	72,00
Обед							
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,28	10,09	15,26	179,60	15,30
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,37	5,43	34,24	207,46	0,00
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,48	11,29	1,20	140,26	0,84
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,89	2,20	4,13	40,16	0,37
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	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		725	26,62	29,64	98,82	771,47	16,51
Полдник							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	22,29	16,27	33,04	371,72	0,67
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,12	33,98	0,79
Итого		390	26,29	20,86	68,08	569,99	1,52
Всего			67,45	67,65	265,71	1 962,56	91,27

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,60	4,91	19,37	140,95	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	3,18	11,39	86,70	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	9,06	12,80	41,08	317,45	1,04
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		180	2,26	1,61	36,31	178,21	60,00
Обед							
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,90	8,15	12,41	144,15	10,56
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,76	4,46	23,98	151,03	0,00
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	6,50	8,38	0,85	104,79	0,61
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,63	1,79	2,71	29,68	0,37
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	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		605	19,97	23,25	73,73	585,68	11,54
Полдник							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	15,82	11,00	18,55	239,37	0,39
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,02	2,46	7,44	56,05	0,04
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
Итого		285	18,47	14,04	43,36	377,29	1,03
Всего			49,76	51,70	194,48	1 458,63	73,61