

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

7 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	8,4	28,9	225	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
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>15,3</b>	<b>19</b>	<b>62,1</b>	<b>485</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>							
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>8,6</b>	<b>41</b>	<b>8,8</b>
<b>Обед</b>							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6	10	16,9	184	14,9
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,3	6,6	27,9	224	0
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	70	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	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>680</b>	<b>34,8</b>	<b>28,7</b>	<b>102,9</b>	<b>811</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,2	8,1	71,7	400	0,2
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>18,6</b>	<b>16,9</b>	<b>111,1</b>	<b>672</b>	<b>1,1</b>
	<b>Всего</b>		<b>69,1</b>	<b>65</b>	<b>284,7</b>	<b>2009</b>	<b>28,1</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

7 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,2	6,6	21,3	170	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
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>12,1</b>	<b>16</b>	<b>46,8</b>	<b>380</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,8	7,9	12,9	145	11,6
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,1	5,7	23,2	188	0
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	60	10,4	10,7	9,8	177	0,6
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	<b>Итого</b>	<b>594</b>	<b>30,9</b>	<b>26,7</b>	<b>83,7</b>	<b>702</b>	<b>12,9</b>
<b>Полдник</b>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	9	5,9	60,3	329	0,2
	<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>15,6</b>	<b>12,7</b>	<b>90,6</b>	<b>538</b>	<b>1</b>
	<b>Всего</b>		<b>59,6</b>	<b>55,6</b>	<b>241,3</b>	<b>1706</b>	<b>19,5</b>