

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

7 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	6,41	7,31	25,46	194,01	0,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,93	3,10	12,92	92,14	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
	Итого	416	13,19	18,07	48,70	412,35	1,11
II Завтрак							
	БИФИДОК	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
	Итого	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,49	8,27	24,46	210,52	7,71
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,44	10,19	7,11	153,90	1,10
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,72	8,20	21,57	175,21	8,75
	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	670	27,25	27,29	97,13	743,62	17,56
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	16,51	5,89	14,65	178,15	1,47
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,99	8,75	11,51	143,20	37,27
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	564	24,55	16,91	59,38	492,01	40,33
	Всего		71,79	67,27	216,21	1 769,98	60,40

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

7 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	4,65	5,28	17,60	137,10	0,42
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,35	2,48	10,95	76,13	0,42
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
	Итого	336	10,85	15,42	38,87	339,43	0,91
II Завтрак							
	БИФИДОК	150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
	Итого	150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,41	6,63	18,85	164,96	6,00
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,57	10,30	4,82	142,26	0,90
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,86	6,81	16,81	139,91	6,59
	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	560	22,02	24,21	74,26	603,16	13,49
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,92	4,83	11,58	149,80	1,10
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,14	6,14	8,90	105,22	29,66
	ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,39	48,37	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,10	29,51	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	390	21,90	13,24	51,53	415,79	31,97
	Всего		59,87	56,62	172,91	1 449,88	47,42