

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

8 февраля 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	18,8	14	31,7	329	2,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
Итого		395	27,8	28,4	76,1	674	3,3
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		9,2	40	2,6
	ПРЯНИК	40	2,4	1,9	30	146	0
Итого		220	2,5	1,9	39,2	186	2,6
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,4	3	11,3	85	15,8
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,3	10,1	21,3	203	7,7
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,1	19,1	55	456	0,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	14,5	61	1,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		705	28,3	32,8	123,3	907	25,6
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,6	8,2	21,4	187	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого		430	9	9,1	45,8	302	0,9
Всего			67,6	72,2	284,4	2069	32,4

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

8 февраля 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	11,6	9,4	18,3	206	1,4
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,2	3,4	8,8	70	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
Итого		355	18,7	22,2	52,6	487	2,2
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	ПРЯНИК	40	2,4	1,9	30	146	0
Итого		190	2,4	1,9	37,9	178	0,6
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,8	3	8,1	68	8,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2,5	5,6	16,2	126	6,5
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	14,1	14,9	44,8	369	0,4
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	11,5	49	1,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		570	21,1	24	97,6	694	16,6
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
Итого		320	7	7,8	34	234	0,8
Всего			49,2	55,9	222,1	1593	20,2