

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

9 января 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8	8,3	30,7	230	0,9
	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		415	15,4	18,9	63,6	489	1,8
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого		100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	6,9	9,1	20,8	193	7
	ПЛОВ С МЯСОМ	200	13,1	18,5	41,9	387	1,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		660	25,6	28,2	107,7	788	8,4
Полдник							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,6	8,2	18,2	162	19,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		444	7,1	8,5	49,3	302	19,7
Всего			48,6	55,7	230,7	1622	31,9

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

9 января 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,3	6,5	22,5	174	0,8
	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		325	12,2	15,9	48	385	1,6
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого		150	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	5,5	7,2	15,8	150	6,1
	ПЛОВ С МЯСОМ	150	11,1	15,4	30,2	304	0,9
	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
Итого		540	20,7	23,1	80,8	614	7
Полдник							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,2	7,2	14,6	138	17,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого		335	5,6	7,4	38	243	17,8
Всего			39	46,5	176,9	1285	28,4