

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

10 июля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,9	8,9	26,7	219	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	16,2	125	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		415	14,6	18,6	58,6	461	1,6
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
Итого		180	0,6	0,3	18,1	88	72
Обед							
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	11,2	18,2	198	12,4
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	80	9,4	15,8	6,2	206	1,6
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,3	34,3	215	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого		701	25,9	33,9	103,7	827	14
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	6	16,6	133	7,5
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ПОДЛИВ	30	0,7	3	4,6	48	0,9
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого		614	20,2	22,8	69,9	579	27,4
Всего			61,3	75,6	250,3	1955	115

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____ /Гриднева Л.А./**МЕНЮ**

10 июля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,2	5,9	18,5	149	0,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	3,1	12,9	92	0,5
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		325	9,6	13,7	41,7	330	1
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
Итого		150	0,5	0,2	13,8	68	60
Обед							
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,1	9,9	15	172	10,8
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСО КУР	60	8,5	11,3	3,9	153	1,2
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,8	4,5	24	151	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого		579	21,5	26,2	77,7	636	12
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,7	5,8	11,8	110	5,1
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,7	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	0,4	1,9	2,4	29	0,7
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,2		0,3	3	1
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого		480	17,2	17,7	53,2	455	23,2
Всего			48,8	57,8	186,4	1489	96,2