

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

10 сентября 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 (ЗАПЕЧЕННЫЙ) | 130 | 27,05 | 18,17 | 22,28 | 365,70 | 0,42 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | 50 | 1,59 | 3,72 | 11,50 | 85,69 | 0,06 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 4,34 | 4,66 | 16,17 | 125,11 | 0,78 |
| | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 16 | 3,38 | 4,29 | 0,00 | 52,96 | 0,10 |
| | Итого | 411 | 38,64 | 35,84 | 65,41 | 745,46 | 1,36 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| | КЕФИР | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 95,40 | 1,26 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,00 |
| | Итого | 210 | 7,47 | 7,44 | 29,52 | 220,50 | 1,26 |
| Обед | | | | | | | |
| | БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 6,70 | 10,18 | 21,86 | 206,93 | 16,10 |
| | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 10,62 | 16,64 | 4,43 | 210,26 | 1,04 |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,38 | 6,24 | 34,25 | 214,72 | 0,00 |
| | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 7,74 | 30,96 | 0,00 |
| | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 |
| | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 50 | 3,31 | 0,44 | 21,20 | 101,98 | 0,00 |
| | Итого | 690 | 28,30 | 33,69 | 104,53 | 835,90 | 17,14 |
| Полдник | | | | | | | |
| | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ | 200 | 6,05 | 7,55 | 17,03 | 161,18 | 0,78 |
| | ПЛЮШКА | 80 | 9,07 | 11,12 | 56,14 | 360,75 | 0,21 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 7,98 | 32,41 | 0,02 |
| | ЯБЛОКО | 250 | 0,67 | 0,67 | 16,42 | 78,73 | 16,75 |
| | Итого | 730 | 15,91 | 19,34 | 97,57 | 633,07 | 17,76 |
| | Всего | | 90,32 | 96,31 | 297,03 | 2 434,93 | 37,52 |

Ясли 12 часов

| | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|--------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) | 120 | 21,12 | 13,70 | 12,84 | 262,59 | 0,28 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | 50 | 1,59 | 3,72 | 11,50 | 85,69 | 0,06 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 3,19 | 3,41 | 12,31 | 93,59 | 0,57 |
| | 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 | 356 | 29,75 | 28,49 | 46,97 | 568,07 | 0,98 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| | КЕФИР | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,50 | 1,05 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 |
| | Итого | 170 | 5,85 | 5,71 | 20,88 | 162,90 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | |
| | БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 5,73 | 8,29 | 19,96 | 177,99 | 13,77 |
| | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 6,42 | 9,97 | 0,35 | 116,73 | 0,43 |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 3,76 | 5,25 | 23,99 | 158,28 | 0,00 |
| | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 |
| | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 0,00 |
| | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| | Итого | 570 | 20,09 | 23,98 | 78,08 | 609,03 | 14,20 |
| Полдник | | | | | | | |
| | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ | 180 | 4,31 | 5,33 | 12,45 | 115,85 | 0,57 |
| | ПЛЮШКА | 60 | 7,71 | 8,90 | 47,95 | 302,61 | 0,16 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 6,99 | 28,33 | 0,02 |
| | ЯБЛОКО | 200 | 0,64 | 0,64 | 15,68 | 75,20 | 16,00 |
| | Итого | 590 | 12,76 | 14,87 | 83,07 | 521,99 | 16,75 |
| | Всего | | 68,45 | 73,05 | 229,00 | 1 861,99 | 32,98 |