

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

11 декабря 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	6,98	7,93	25,41	201,78	0,62
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,52	3,81	13,27	102,48	0,62
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	Итого	431	16,16	21,03	54,14	473,22	1,34
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,33	10,10	18,45	191,13	15,69
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,17	20,25	21,51	322,35	21,50
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,14	0,05	8,70	36,76	10,86
	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	665	25,24	31,03	84,91	723,27	48,05
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,02	6,07	23,35	164,72	10,90
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	18,54	14,43	7,27	252,79	12,39
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	554	26,56	22,76	63,67	586,19	23,92
	Всего		68,46	74,92	212,82	1 825,68	75,31

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

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	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,94	3,18	11,39	86,75	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	336	12,00	16,74	40,22	361,69	1,11
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,23	8,17	15,45	156,96	12,80
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,09	16,15	15,61	252,94	12,40
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,10	0,04	7,47	31,23	7,76
	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	510	20,60	24,83	65,53	570,07	32,96
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,48	5,97	18,93	143,80	8,66
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	16,36	10,50	3,76	192,64	11,13
	ПОДЛИВ	30	0,41	1,98	2,27	28,66	0,59
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,34	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	415	23,02	18,67	49,51	476,33	20,40
	Всего		56,12	60,34	165,36	1 451,09	56,47