

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

12 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 С ЯБЛОКАМИ	130	17,55	12,49	23,59	281,13	2,08
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	14,64	119,94	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
	Итого	395	25,79	25,96	65,19	602,76	2,92
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							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,66	10,16	18,08	193,08	16,66
	ПТИЦА ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,61	15,74	22,54	275,29	10,25
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	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	705	23,21	29,49	86,62	708,54	27,92
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,92	8,18	29,04	218,68	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	Итого	430	9,29	9,05	52,44	329,69	0,80
	Всего		58,79	64,60	214,35	1 683,99	33,64

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	100	10,87	8,41	12,52	171,78	1,32
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,02	2,46	7,44	56,05	0,04
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	11,84	92,56	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
	Итого	325	16,63	19,07	42,12	410,19	1,93
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							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	2,94	1,34	32,84	0,67
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,15	8,20	14,12	152,40	11,37
	ПТИЦА ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С ОВОЦАМИ	150	9,37	13,90	18,98	239,42	8,43
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	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	575	18,93	25,51	68,22	580,69	20,47
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,88	5,22	19,82	146,77	0,57
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,33	0,02
	Итого	320	6,48	5,80	37,09	227,50	0,59
	Всего		42,54	50,48	157,53	1 261,38	24,99