

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____/Гриднева Л.А./**МЕНЮ**
13 февраля 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 | 17,7 | 12,7 | 23,6 | 281 | 2,2 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | 50 | 1,6 | 3,8 | 11,5 | 86 | 0,1 |
| | 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 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 16 | 3,4 | 4,3 | | 53 | 0,1 |
| | Итого | 411 | 30,1 | 31,4 | 68 | 679 | 3,3 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| | РЯЖЕНКА 2,5% жирности | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,6 | 97 | 0,5 |
| | ПРЯНИК | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 110 | 0 |
| | Итого | 210 | 7 | 5,9 | 30,1 | 207 | 0,5 |
| Обед | | | | | | | |
| | БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 6,7 | 10,1 | 22 | 207 | 16,1 |
| | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 80 | 10,6 | 16,7 | 4,5 | 210 | 1 |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,3 | 6,3 | 34,3 | 215 | 0 |
| | 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 | 690 | 28,2 | 33,7 | 105,8 | 840 | 17,1 |
| Полдник | | | | | | | |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 3,1 | 3,9 | 19,2 | 123 | 9,2 |
| | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | 1 | 4,5 | 3,9 | 60 | 3,5 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 200 | 0,2 | | 9,2 | 38 | 1 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 44 | 3,4 | 0,3 | 22,1 | 104 | 0 |
| | ЯБЛОКО | 250 | 0,7 | 0,7 | 16,4 | 79 | 16,8 |
| | Итого | 664 | 8,4 | 9,4 | 70,8 | 404 | 30,5 |
| | Всего | | 73,7 | 80,4 | 274,7 | 2130 | 51,4 |

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____/Гриднева Л.А./**МЕНЮ**
13 февраля 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 | | | | | | | |
| | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ | 130 | 10,9 | 8,5 | 12,5 | 172 | 1,3 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ | 50 | 1,6 | 3,8 | 11,5 | 86 | 0,1 |
| | 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 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 11 | 2,3 | 3 | | 36 | 0,1 |
| Итого | | 366 | 20,7 | 24,7 | 49,5 | 505 | 2,3 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| | РЯЖЕНКА 2,5% жирности | 150 | 4,4 | 3,8 | 6,3 | 81 | 0,5 |
| | ПРЯНИК | 20 | 1,2 | 0,9 | 14,6 | 71 | 0 |
| Итого | | 170 | 5,6 | 4,7 | 20,9 | 152 | 0,5 |
| Обед | | | | | | | |
| | БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 5,6 | 8,1 | 20,1 | 178 | 13,8 |
| | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 6,5 | 9,9 | 0,3 | 117 | 0,4 |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 3,8 | 5,4 | 24 | 158 | 0 |
| | 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 | | 570 | 20 | 23,9 | 79,2 | 613 | 14,2 |
| Полдник | | | | | | | |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,6 | 5,4 | 15,7 | 121 | 7,4 |
| | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50 | 1 | 4,5 | 3,9 | 60 | 3,5 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 | | 8,1 | 33 | 0,6 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 83 | 0 |
| | ЯБЛОКО | 200 | 0,6 | 0,6 | 15,7 | 75 | 16 |
| Итого | | 535 | 7 | 10,7 | 61 | 372 | 27,5 |
| Всего | | | 53,3 | 64 | 210,6 | 1642 | 44,5 |