

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

| | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг |
|-------------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ) | 200 | 6,41 | 7,31 | 24,50 | 190,14 | 0,52 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,96 | 3,19 | 12,36 | 90,84 | 0,52 |
| | 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 | 431 | 15,03 | 19,79 | 52,32 | 449,94 | 1,14 |
| 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 | 4,93 | 8,80 | 17,73 | 170,89 | 15,20 |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ПОДЛИВОМ | 140/50 | 13,56 | 18,70 | 22,84 | 315,40 | 24,62 |
| | 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 | 665 | 24,09 | 28,13 | 84,56 | 690,28 | 39,82 |
| Полдник | | | | | | | |
| | СУП РЫБНЫЙ | 200 | 6,92 | 5,21 | 15,67 | 137,57 | 6,16 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 180 | 0,16 | 0,00 | 8,12 | 33,99 | 0,79 |
| | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 44 | 3,36 | 0,27 | 22,08 | 104,20 | 0,00 |
| | Итого | 424 | 10,44 | 5,48 | 45,87 | 275,76 | 6,95 |
| | Всего | | 50,90 | 54,49 | 216,04 | 1 565,18 | 49,91 |

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

13 ноября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ) | 150 | 4,93 | 5,59 | 18,05 | 142,92 | 0,47 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,65 | 2,87 | 10,93 | 80,90 | 0,47 |
| | 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 | 11,43 | 16,12 | 39,30 | 350,02 | 1,01 |
| 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 | 3,79 | 6,87 | 14,57 | 136,10 | 12,25 |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ПОДЛИВОМ | 120 | 11,49 | 16,20 | 16,94 | 260,45 | 15,53 |
| | 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 | | 510 | 19,46 | 23,54 | 65,29 | 552,58 | 27,78 |
| Полдник | | | | | | | |
| | СУП РЫБНЫЙ | 150 | 5,01 | 4,06 | 12,95 | 108,69 | 5,50 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 150 | 0,13 | 0,00 | 7,07 | 29,30 | 0,50 |
| | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 35 | 2,67 | 0,22 | 17,56 | 82,89 | 0,00 |
| Итого | | 335 | 7,81 | 4,28 | 37,58 | 220,88 | 6,00 |
| Всего | | | 39,76 | 44,70 | 167,73 | 1 237,28 | 36,79 |