

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	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>431</b>	<b>15,03</b>	<b>19,79</b>	<b>52,32</b>	<b>449,94</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,93	8,80	17,73	170,89	15,20
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕС 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
<b>Итого</b>		<b>665</b>	<b>24,09</b>	<b>28,13</b>	<b>84,56</b>	<b>690,28</b>	<b>39,82</b>
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого</b>		<b>424</b>	<b>10,44</b>	<b>5,48</b>	<b>45,87</b>	<b>275,76</b>	<b>6,95</b>
<b>Всего</b>			<b>50,90</b>	<b>54,49</b>	<b>216,04</b>	<b>1 565,18</b>	<b>49,91</b>

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		
<b>Завтрак</b>							
	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
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>11,43</b>	<b>16,12</b>	<b>39,30</b>	<b>350,02</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	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
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>19,46</b>	<b>23,54</b>	<b>65,29</b>	<b>552,58</b>	<b>27,78</b>
<b>Полдник</b>							
	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
	<b>Итого</b>	<b>335</b>	<b>7,81</b>	<b>4,28</b>	<b>37,58</b>	<b>220,88</b>	<b>6,00</b>
	<b>Всего</b>		<b>39,76</b>	<b>44,70</b>	<b>167,73</b>	<b>1 237,28</b>	<b>36,79</b>