

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

14 августа 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,82	8,87	26,78	219,24	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	14,64	119,94	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,25	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,66	4,72	0,00	57,77	0,00
	Итого	431	18,18	23,36	57,20	514,60	1,56
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
	Итого	130	2,27	1,51	32,60	152,80	2,00
Обед							
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	4,94	7,94	14,45	149,27	7,37
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,75	9,54	6,94	148,33	0,78
	ПОДЛИВ	30	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	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
	Итого	680	28,17	28,57	109,42	807,14	8,94
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,48	13,02	28,78	309,17	0,29
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,25	0,00
	Итого	405	22,61	20,03	64,69	532,52	0,37
	Всего		71,23	73,47	263,91	2 007,06	12,87

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

14 августа 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,49	6,21	18,96	154,56	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	11,84	92,52	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,55	3,25	0,00	40,04	0,08
	Итого	336	12,78	17,66	41,12	376,92	1,22
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
	Итого	130	2,27	1,51	32,60	152,80	2,00
Обед							
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	4,32	6,45	13,84	130,83	6,99
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	4,87	6,07	21,98	161,84	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	8,06	8,88	6,61	138,35	0,60
	ПОДЛИВ	30	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	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
	Итого	570	21,90	23,86	78,90	617,71	8,20
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,48	13,02	28,78	309,17	0,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	Итого	365	21,79	19,72	58,23	500,55	0,37
	Всего		58,74	62,75	210,85	1 647,98	11,79