

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

14 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,24	7,36	29,34	212,55	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	15,61	123,81	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	415	13,89	17,11	60,41	452,36	1,56
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого	180	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ)	100	1,03	4,91	3,78	64,00	10,16
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	8,85	6,27	32,92	223,62	6,38
ПЛОВ С МЯСОМ	200	11,95	17,23	41,78	370,03	1,54
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	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	760	27,43	29,04	123,44	865,51	18,08
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,98	8,22	21,23	176,77	21,23
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого	444	7,51	8,50	51,46	315,36	22,21
Всего		49,33	54,75	245,41	1 676,23	43,85

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,10	5,20	20,67	150,10	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,39	3,59	12,88	98,59	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	10,02	13,50	43,87	338,49	1,14
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	150	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ)	100	1,03	4,91	3,78	64,00	10,16
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	7,38	5,51	27,72	189,97	5,40
	ПЛОВ С МЯСОМ	150	10,01	14,31	29,71	287,49	0,66
	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	640	22,60	25,20	94,99	697,49	16,22
Полдник							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,38	7,34	17,71	151,82	19,27
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	335	6,18	7,56	42,36	264,18	19,87
	Всего		39,30	46,36	191,32	1 343,16	39,23