

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

16 сентября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,24	7,36	29,34	212,55	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	14,64	119,94	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>13,89</b>	<b>17,11</b>	<b>59,44</b>	<b>448,49</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>77,40</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ)	100	1,03	4,91	3,78	64,00	10,16
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	9,30	6,36	36,48	240,44	8,18
	ПЛОВ С МЯСОМ	200	11,23	16,50	41,74	360,59	1,64
	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
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>27,16</b>	<b>28,40</b>	<b>125,99</b>	<b>869,02</b>	<b>19,98</b>
<b>Полдник</b>							
	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
	<b>Итого</b>	<b>444</b>	<b>7,51</b>	<b>8,50</b>	<b>51,46</b>	<b>315,36</b>	<b>22,21</b>
	<b>Всего</b>		<b>49,46</b>	<b>54,19</b>	<b>255,07</b>	<b>1 710,27</b>	<b>47,35</b>

## 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,10	5,20	20,67	150,10	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,39	3,60	11,92	94,76	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
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>10,02</b>	<b>13,51</b>	<b>42,91</b>	<b>334,66</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ)	100	1,03	4,91	3,78	64,00	10,16
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	7,58	5,55	29,30	197,46	6,20
	ПЛОВ С МЯСОМ	150	9,39	13,58	30,04	280,03	1,12
	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	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>23,32</b>	<b>24,61</b>	<b>104,42</b>	<b>733,05</b>	<b>17,48</b>
<b>Полдник</b>							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,01	7,26	14,71	137,63	17,75
	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
	<b>Итого</b>	<b>335</b>	<b>5,81</b>	<b>7,48</b>	<b>39,36</b>	<b>249,99</b>	<b>18,35</b>
	<b>Всего</b>		<b>39,90</b>	<b>45,75</b>	<b>201,84</b>	<b>1 382,20</b>	<b>39,97</b>