

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

16 декабря 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	6,11	6,11	27,51	189,27	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,24	3,50	12,81	96,66	0,57
	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	11,63	14,61	55,78	401,93	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							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,47	3,00	3,70	49,89	9,80
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	6,03	10,28	19,43	194,81	6,36
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,23	10,51	9,75	170,32	0,62
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,55	39,64	0,79
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	200	3,59	3,63	25,73	150,02	0,00
	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
	Итого	860	26,69	30,07	107,15	808,67	17,57
Полдник							
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	155	10,28	13,84	5,01	186,44	0,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	Итого	385	12,65	14,71	28,41	297,45	0,54
	Всего		51,47	59,49	201,44	1 551,05	21,25

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

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	4,82	4,89	20,22	144,28	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,94	3,18	11,39	86,74	0,52
	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	9,29	12,78	41,93	320,82	1,04
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							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	1,11	2,50	3,05	40,88	7,37
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	4,65	8,24	14,26	150,15	5,40
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	60	7,99	8,86	6,27	136,63	0,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	3,01	32,17	0,61
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	3,13	1,97	22,50	120,39	0,00
	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	695	21,58	24,03	82,87	636,25	13,81
Полдник							
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,72	13,22	4,10	174,80	0,42
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,33	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	Итого	300	11,32	13,80	21,37	255,53	0,44
	Всего		42,69	50,71	156,27	1 255,60	17,29