

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____ /Гриднева Л.А./**МЕНЮ**

17 апреля 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	8,6	9,8	28	237	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
	Итого	431	19,7	25,1	61,2	555	1,8
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	Итого	180	0,6	0,3	18,1	88	72
Обед							
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,6	11,2	18,2	198	12,4
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	4,5	4,5	32,1	188	0
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	80	9,4	15,8	6,2	206	1,6
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	701	25,1	32,1	101,5	800	14
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	6	16,6	133	7,5
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ПОДЛИВ	30	0,7	3	4,6	48	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
	Итого	604	21	27,3	72,4	632	30
	Всего		66,4	84,8	253,2	2075	117,8

	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	6,7	7,5	20,8	178	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
Итого		336	14,9	19,9	46,3	424	1,7
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
Итого		150	0,5	0,2	13,8	68	60
Обед							
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,1	9,9	15	172	10,8
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	4,4	4,5	31,1	183	0
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСО КУР	60	8,5	11,3	3,9	153	1,2
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		609	22,1	26,2	84,8	668	12
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,7	5,8	11,8	110	5,1
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,7	9,4	3,8	152	6,9
	ПОДЛИВ	30	0,4	1,9	2,4	29	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого		510	18	22,2	56,9	512	26,3
Всего			55,5	68,5	201,8	1672	100