

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

17 июля 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	7,9	8,9	26,7	219	0,8
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,8	15,7	124	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ 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	18,3	23,4	58,1	518	1,6
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	Итого	130	1,3	1,1	33,3	149	2
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	4,7	7,9	13,1	143	6,7
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,9	9,5	6,9	149	0,8
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	6,7	7,3	30,3	214	0
	ПОДЛИВ	30	0,7	3	4,6	48	0,9
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,7	0,3	24,3	115	0
	Итого	680	28	28,4	109,1	806	8,4
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,5	13,1	28,9	310	0,4
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,7	6,3	12,2	111	0,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	Итого	375	20,3	19,4	50,1	457	0,5
	Всего		67,9	72,3	250,6	1930	12,5

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

17 июля 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	5,2	5,9	18,5	149	0,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	3,2	12,5	91	0,5
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,2		40	0,1
	Итого	336	12,2	17	41,3	369	1,1
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	Итого	130	1,3	1,1	33,3	149	2
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	3,9	6,2	10,7	116	5,4
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	8,2	8,8	6,6	139	0,5
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	6,2	21,9	162	0
	ПОДЛИВ	30	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	Итого	570	21,6	23,6	76,7	608	6,6
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,5	13,1	28,9	310	0,4
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,7	6,3	12,2	111	0,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	Итого	345	20,3	19,4	49,1	453	0,5
	Всего		55,4	61,1	200,4	1579	10,2