

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

18 января 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	0,9
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,7	17	141	0,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
<b>Итого</b>		<b>415</b>	<b>15,7</b>	<b>19,5</b>	<b>62,8</b>	<b>493</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		9,1	40	2,3
	ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>1,9</b>	<b>1,4</b>	<b>31,6</b>	<b>150</b>	<b>2,3</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	3	2	36	1
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,7	10,1	18,1	193	16,6
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,5	15,6	22,5	276	10,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>		<b>705</b>	<b>23,2</b>	<b>29,3</b>	<b>87,6</b>	<b>713</b>	<b>28</b>
<b>Полдник</b>							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,3	34,3	215	0
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,2	13,1	7,3	207	7,5
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
<b>Итого</b>		<b>510</b>	<b>20,5</b>	<b>21,5</b>	<b>68,9</b>	<b>563</b>	<b>9,2</b>
<b>Всего</b>			<b>61,3</b>	<b>71,7</b>	<b>250,9</b>	<b>1919</b>	<b>41,3</b>

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

18 января 2024 г.

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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	0,8
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
<b>Итого</b>		<b>325</b>	<b>12,4</b>	<b>16,3</b>	<b>47,4</b>	<b>387</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>		<b>180</b>	<b>1,8</b>	<b>1,4</b>	<b>30,4</b>	<b>142</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,2	2,9	1,4	33	0,7
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,1	8	14,3	152	11,4
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	9,5	13,7	19	240	8,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>		<b>575</b>	<b>18,9</b>	<b>25,1</b>	<b>69,5</b>	<b>585</b>	<b>20,5</b>
<b>Полдник</b>							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,8	5,4	24	158	0
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,8	9,4	3,8	153	6,9
	ПОДЛИВ	30	1,2	2	6,4	48	0,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
<b>Итого</b>		<b>385</b>	<b>18,6</b>	<b>17</b>	<b>59,9</b>	<b>475</b>	<b>8,2</b>
<b>Всего</b>			<b>51,7</b>	<b>59,8</b>	<b>207,2</b>	<b>1589</b>	<b>30,9</b>