

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

18 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	17,7	12,7	23,6	281	2,2
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	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
	Итого	395	26,7	27,1	68,3	627	3,2
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	6,7	10,2	19,1	197	17,1
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3	8,1	16,4	151	6,7
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕНЫЙ	70	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	Итого	741	25,8	30,7	103	804	97,3
Полдник							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,2	8,1	71,7	400	0,2
	Итого	480	18,6	16,9	111,1	672	1,1
	Всего		71,6	74,8	292,5	2146	103,6

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	10,9	8,5	12,5	172	1,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	20	1	2,5	7,4	56	0
	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
Итого		325	17,8	20,4	45,4	438	2,1
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого		100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,9	7,9	12,6	145	10,6
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,7	6,7	10,3	108	3,5
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕНый	60	10,4	10,7	9,8	177	0,6
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		629	22,1	27,9	76,5	659	75,4
Полдник							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	9	5,9	60,3	329	0,2
Итого		380	15,6	12,7	90,6	538	1
Всего			56	61,1	222,6	1678	80,5