

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

18 октября 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						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,30	12,26	31,87	297,27	0,63
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,23	0,78
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	395	22,51	25,64	74,03	620,19	1,47
II Завтрак						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Итого	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Обед						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	6,94	11,19	17,88	200,66	8,54
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,59	11,30	1,81	143,28	1,08
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,93	2,20	4,31	41,15	0,55
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	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	785	28,75	32,68	98,21	802,55	10,17
Полдник						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	12,02	5,16	20,50	176,95	8,44
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого	444	15,55	5,44	50,73	315,53	9,42
Всего		66,81	63,76	241,31	1 811,65	21,06

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,65	8,39	17,95	191,62	0,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,24	3,30	8,80	69,79	0,04
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,19	3,41	12,31	93,59	0,57
	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	290	16,61	19,81	49,38	444,80	1,02
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
	Итого	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	5,71	9,05	15,15	165,21	7,05
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,84	9,68	1,20	123,24	0,81
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,63	1,79	2,71	29,68	0,37
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,87	6,07	21,98	161,84	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	630	23,23	27,06	74,82	636,00	8,23
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	8,89	4,07	16,00	136,30	6,94
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,34	0,19	15,36	72,50	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	Итого	335	11,36	4,26	38,45	238,27	7,54
	Всего		51,20	51,13	177,13	1 377,01	16,79