

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

19 марта 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>							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	18,2	16,6	17,2	294	1,1
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	30	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,7	17	141	0,9
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
	<b>Итого</b>	<b>441</b>	<b>30,9</b>	<b>35,8</b>	<b>61,4</b>	<b>696</b>	<b>2,1</b>
<b>II Завтрак</b>							
	БИФИДОК	180	6,1	4,5	9,9	110	1,3
	ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>7,9</b>	<b>5,9</b>	<b>32,4</b>	<b>220</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,2	8	21,6	195	6,3
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,2	10,6	8,9	166	0,8
	ПОДЛИВ	30	0,8	3	4,6	48	0,9
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	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>740</b>	<b>28,7</b>	<b>31,3</b>	<b>91,6</b>	<b>763</b>	<b>45,3</b>
<b>Полдник</b>							
	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	6,9	9,2	30,7	234	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>9,3</b>	<b>10,1</b>	<b>55,4</b>	<b>350</b>	<b>0,8</b>
	<b>Всего</b>		<b>76,8</b>	<b>83,1</b>	<b>240,8</b>	<b>2029</b>	<b>49,5</b>

## 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>							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	100	13,8	10,4	11,6	199	0,5
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,2	3,4	8,8	70	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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
	<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>23,5</b>	<b>26,5</b>	<b>45,5</b>	<b>518</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>							
	БИФИДОК	150	5,1	3,8	8,3	92	1,1
	ПРЯНИК	20	1,2	0,9	15	73	0
	<b>Итого</b>	<b>170</b>	<b>6,3</b>	<b>4,7</b>	<b>23,3</b>	<b>165</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	7,2	6,4	17,8	160	5,4
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	9,2	10,6	8,9	166	0,8
	ПОДЛИВ	30	0,6	1,9	3	32	0,7
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,6	6	7,8	99	25,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>23,7</b>	<b>25,4</b>	<b>72,3</b>	<b>617</b>	<b>32,3</b>
<b>Полдник</b>							
	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,2	9,1	22,8	198	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>7,8</b>	<b>9,7</b>	<b>41,1</b>	<b>282</b>	<b>0,8</b>
	<b>Всего</b>		<b>61,3</b>	<b>66,3</b>	<b>182,2</b>	<b>1582</b>	<b>35,6</b>