

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

19 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							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	8,4	28,9	225	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	Итого	415	15,3	19	62,1	485	1,8
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18,3	73	0
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
	Итого	200	0,6	0,7	33,8	144	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7	11,2	18,4	203	8,8
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,6	17,9	26,2	320	13,6
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	660	26,2	29,7	89,6	731	22,4
Полдник							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1	3	4,6	50	2,9
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	170	25,6	15	8,4	272	1,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
	Итого	454	30,2	18,3	44,3	464	5
	Всего		72,3	67,7	229,8	1824	29,2

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,2	6,6	21,3	170	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		325	12,1	16	46,8	380	1,6
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ	150			14,4	58	0
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого		170	0,6	0,7	29,9	129	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,7	8,8	15	164	7
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,6	12,9	25,4	257	13,1
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого		549	19,4	22,2	75,2	581	20,1
Полдник							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,7	3	2,9	42	1,9
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	140	20,9	9,3	5,5	192	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого		365	24,4	12,5	34,1	350	3,3
Всего			56,5	51,4	186	1440	25