

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

19 июня 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,9	8,9	26,7	219	0,8
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,8	15,7	124	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
	Итого	431	18,3	23,4	58,1	518	1,6
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4,7	7,9	13,1	143	6,7
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,9	9,5	6,9	148	0,8
	ПОДЛИВ	30	0,7	3	4,6	48	0,9
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	6,7	7,3	30,3	214	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,7	0,3	24,3	115	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	Итого	680	28	28,4	108,2	801	8,4
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	28	17,8	30,6	399	0,5
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,7	5,4	12,2	103	0,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
	Итого	395	30,4	23,9	67,3	609	0,6
	Всего		77,2	75,8	243,7	1971	12,6

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

19 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,5	6,2	18,9	155	0,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,2	3,5	12,9	96	0,6
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	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
	Итого	336	12,8	17,6	42,1	380	1,3
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	180	3,9	6,2	10,7	116	5,4
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	6,2	21,9	162	0
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	8,2	8,8	6,6	138	0,5
	ПОДЛИВ	30	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	1,5	0,1	9,7	46	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	Итого	570	21,6	23,6	75,7	603	6,6
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,6	13,1	29	310	0,4
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,7	4,6	12,2	96	0,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
	Итого	365	21	18,4	63,7	505	0,5
	Всего		55,9	59,7	191,6	1531	10,4