

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

19 сентября 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	7,12	7,45	28,60	210,85	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,23	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,24	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
	Итого	431	17,17	21,42	59,58	502,68	1,66
II Завтрак							
	БИФИДОК	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
	Итого	220	8,30	6,96	25,88	205,40	1,40
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,34	3,16	11,26	84,45	15,78
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,27	10,20	21,28	203,25	7,72
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,02	19,01	55,20	455,45	0,49
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	Итого	685	27,94	32,81	116,68	876,09	23,99
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,84	7,26	20,02	169,86	0,78
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	Итого	430	8,26	8,14	43,59	282,84	1,76
	Всего		61,67	69,33	245,73	1 867,01	28,81

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	5,02	5,26	19,53	146,38	0,57
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
Итого		336	12,06	16,33	42,16	366,17	1,21
II Завтрак							
	БИФИДОК	150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого		170	6,60	5,71	23,13	174,90	1,05
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,63	3,09	8,26	68,28	8,40
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,96	8,23	16,13	159,14	6,61
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	13,96	14,80	44,85	368,18	0,47
	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
Итого		570	23,20	26,47	92,98	704,27	15,48
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,18	5,95	13,81	126,32	0,57
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,10	29,52	0,60
Итого		320	5,81	6,53	31,19	208,24	1,17
Всего			47,67	55,04	189,46	1 453,58	18,91