

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

19 ноября 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130	27,07	18,19	22,28	365,90	0,42
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,50	3,72	14,80	107,65	0,62
	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
	Итого	411	37,82	34,92	64,04	728,20	1,20
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
	Итого	215	7,85	7,93	33,60	243,15	0,54
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,88	10,06	16,71	181,72	12,35
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,37	4,64	34,23	200,21	0,00
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,62	15,84	4,42	203,10	1,04
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	Итого	660	27,47	31,17	99,35	789,02	13,39
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	5,20	5,80	15,66	136,46	0,62
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,18	8,05	71,82	400,22	0,25
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	ЯБЛОКО	250	0,88	0,88	21,56	103,40	22,00
	Итого	730	16,38	14,73	117,02	672,49	22,89
	Всего		89,52	88,75	314,01	2 432,86	38,02

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

19 ноября 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	21,15	13,73	12,85	262,99	0,28
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	12,82	91,64	0,52
	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	356	29,50	28,21	47,49	566,52	0,93
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
	Итого	180	6,60	6,69	28,62	206,10	0,45
Обед							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	4,96	8,16	14,55	152,07	10,48
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,75	3,65	23,97	143,77	0,00
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	7,83	11,52	2,63	145,83	0,69
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	Итого	550	20,72	23,80	74,93	597,70	11,17
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	4,03	5,02	12,00	110,03	0,52
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	8,80	5,83	60,43	329,18	0,19
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	ЯБЛОКО	200	0,70	0,70	17,25	82,72	17,60
	Итого	610	13,63	11,55	96,66	550,22	18,33
	Всего		70,45	70,25	247,70	1 920,54	30,88