

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

20 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							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,5		3,6	17	0,8
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	170	10,3	13,9	5	187	0,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,1	5,7	17	141	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,4	79	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		435	18,2	24,6	41	461	2,2
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
Итого		180	0,6	0,3	18,1	88	72
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	7,9	12,1	17,4	210	8,7
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРАМИ	200	13,8	18,1	33,7	356	42,8
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		671	27,3	30,8	96,1	774	51,5
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого		360	7,3	8,6	47,2	296	0,8
Всего			53,4	64,3	202,4	1619	126,5

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

20 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							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,5		3,6	17	0,8
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,7	13,3	4,1	175	0,4
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,4	4,8	14,8	120	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		355	16,1	22,8	32,8	401	2
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
Итого		150	0,5	0,2	13,8	68	60
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	6,5	9,6	14	170	6,9
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРАМИ	150	11,5	14,7	25	281	32,2
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		549	22,1	24,8	73,8	611	39,1
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ПРЯНИК	20	1,2	0,9	15	73	0
Итого		320	6,7	8,1	38,7	255	0,8
Всего			45,4	55,9	159,1	1335	101,9