

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

20 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	14,31	12,27	31,87	297,44	0,63
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	0,78
	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
	Итого	395	22,52	25,65	74,03	620,37	1,47
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
	Итого	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,39	11,28	21,44	217,52	10,34
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,59	11,30	1,81	143,28	1,08
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,93	2,20	4,31	41,15	0,55
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	Итого	785	29,20	32,77	101,77	819,41	11,97
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,50	4,95	19,56	157,02	7,92
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	444	12,03	5,23	49,79	295,61	8,90
	Всего		63,75	63,65	243,93	1 808,77	22,34

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10,65	8,40	17,92	191,67	0,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,19	3,41	12,31	93,59	0,57
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,24	3,30	8,80	69,79	0,04
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
Итого	290	16,61	19,82	49,35	444,85	1,01
II Завтрак						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Итого	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	6,02	9,11	17,52	176,48	8,25
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,84	9,68	1,20	123,24	0,81
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,63	1,79	2,71	29,68	0,37
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,87	6,07	21,98	161,84	0,00
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	630	23,54	27,12	77,19	647,27	9,43
Полдник						
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,15	3,91	15,99	123,94	6,89
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
Итого	335	8,95	4,13	40,64	236,30	7,49
Всего		49,10	51,07	181,66	1 386,36	17,93