

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,72	6,51	26,99	194,13	0,62
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,53	3,81	13,27	102,48	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
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>12,53</b>	<b>15,32</b>	<b>55,72</b>	<b>412,61</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
<b>Итого</b>	<b>215</b>	<b>2,66</b>	<b>1,89</b>	<b>42,42</b>	<b>208,65</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,01	7,96	14,90	157,62	15,29
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	10,14	13,36	21,07	245,72	9,80
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
<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>22,09</b>	<b>24,91</b>	<b>81,97</b>	<b>643,51</b>	<b>26,10</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,08	6,45	27,66	193,97	0,62
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>8,45</b>	<b>7,32</b>	<b>51,06</b>	<b>304,98</b>	<b>0,64</b>
<b>Всего</b>		<b>45,73</b>	<b>49,44</b>	<b>231,17</b>	<b>1 569,75</b>	<b>99,98</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,03	4,95	19,56	143,64	0,52
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	3,18	11,39	86,74	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
<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>9,49</b>	<b>12,84</b>	<b>41,27</b>	<b>320,18</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>2,26</b>	<b>1,61</b>	<b>36,31</b>	<b>178,21</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	2,94	1,34	32,84	0,67
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,50	6,39	11,82	123,94	9,35
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	8,91	11,67	17,60	211,60	8,02
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
<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>17,82</b>	<b>21,47</b>	<b>64,54</b>	<b>524,41</b>	<b>18,04</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,60	4,91	19,37	140,95	0,52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,33	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>6,20</b>	<b>5,49</b>	<b>36,64</b>	<b>221,68</b>	<b>0,54</b>
<b>Всего</b>		<b>35,77</b>	<b>41,41</b>	<b>178,76</b>	<b>1 244,48</b>	<b>79,62</b>