

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 марта 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 С ЯБЛОКАМИ	130	17,7	12,7	23,6	281	2,2
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
	Итого	411	30,4	31,8	68,3	685	3,2
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/11	6,7	10,2	19,1	197	17,1
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3	8,1	16,4	151	6,7
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	70	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	741	25,2	30,4	93,6	751	25,3
Полдник							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,2	8,1	71,7	400	0,2
	Итого	480	18,7	16,9	111,3	674	2,1
	Всего		74,8	79,2	283,3	2153	32,6

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 марта 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 С ЯБЛОКАМИ	130	10,9	8,5	12,5	172	1,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	20	1	2,5	7,4	56	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
	Итого	336	20,1	23,4	45,4	474	2,2
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,9	7,9	12,6	145	10,6
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,7	6,7	10,3	108	3,5
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	60	10,4	10,7	9,8	177	0,6
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	Итого	629	21,6	27,7	70,5	622	15,4
Полдник							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	9	5,9	60,3	329	0,2
	Итого	380	15,6	12,7	90,7	539	1,6
	Всего		57,8	63,9	216,7	1678	21,2