

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 мая 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							
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7	8,3	31,4	230	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	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	431	18,1	23,6	64,6	548	1,8
II Завтрак							
	СНЕЖОК	180	4,4	3,8	6,3	81	0,5
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
	Итого	210	5,2	4,8	29,5	187	0,5
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6	10	16,9	184	14,9
	САЛАТ ЗИМНИЙ	85	1,4	3,1	7,3	64	4,4
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	11,2	13,2	7,3	193	1,1
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	645	24,8	27,2	85,9	702	92,4
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,9	5,3	8,6	117	0,4
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	Итого	490	15,8	16,5	47,4	404	39,4
	Всего		63,9	72,1	227,4	1841	134,1

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 мая 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							
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,7	6,5	23,1	174	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,2		40	0,1
	Итого	336	14,2	19,1	48,6	424	1,7
II Завтрак							
	СНЕЖОК	150	4,4	3,8	6,3	81	0,5
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
	Итого	170	5	4,5	21,8	152	0,5
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,8	7,9	12,9	145	11,6
	САЛАТ ЗИМНИЙ	65	1	3,1	5,6	55	3,5
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80	10,3	12,6	5,6	178	0,9
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
	Итого	544	20,7	24,3	64,9	575	76
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,6	6	7,8	99	25,4
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,9	5,3	8,6	117	0,4
	ПОДЛИВ	30	1,1	2	6,4	48	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		10	41	0,6
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	Итого	415	15,4	13,5	50,4	388	27,1
	Всего		55,3	61,4	185,7	1539	105,3