

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,24	7,36	29,34	212,55	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,36	4,75	14,64	119,94	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	415	13,88	17,11	59,44	448,49	1,56
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,49	3,00	3,83	50,56	9,87
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	7,13	11,20	21,19	214,38	7,04
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,29	10,53	10,08	172,09	0,78
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,55	39,64	0,79
	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	200	3,41	6,10	35,59	210,68	0,00
	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
	Итого	860	27,69	33,48	119,23	891,34	18,48
Полдник							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	3,07	4,60	49,81	2,84
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	155	10,28	13,84	5,01	186,44	0,52
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	Итого	445	13,63	17,78	33,01	347,25	3,38
	Всего		55,70	68,47	221,78	1 730,08	25,42

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,10	5,20	20,67	150,10	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,22	3,49	11,84	92,57	0,57
	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	325	9,85	13,40	42,83	332,47	1,14
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	1,12	2,29	3,12	39,27	7,40
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	5,62	9,02	16,01	167,85	6,11
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	60	8,06	8,88	6,61	138,40	0,60
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	3,01	32,17	0,61
	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	150	2,72	4,40	28,46	164,19	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	Итого	695	22,22	27,05	90,99	697,91	14,72
Полдник							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	45	0,75	3,05	3,28	43,50	2,22
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,72	13,22	4,10	174,80	0,42
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,34	0,02
	Итого	345	12,07	16,85	24,65	299,04	2,66
	Всего		44,64	57,40	168,57	1 372,42	20,52