

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 ноября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	6,98	7,93	26,37	205,65	0,62
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,50	3,72	13,83	103,78	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
	Итого	415	12,76	16,65	55,66	425,43	1,24
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							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,11	8,20	21,64	197,04	6,35
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,91	7,19	16,79	143,68	6,51
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,43	10,18	7,11	153,77	1,10
	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	670	26,05	26,20	89,53	698,48	13,96
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,99	8,75	11,51	143,20	37,27
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	16,50	5,88	14,65	178,02	1,47
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	564	24,49	16,89	59,21	489,91	39,37
	Всего		63,80	59,84	214,50	1 656,82	56,57

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		
Завтрак							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	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
	Итого	325	9,65	13,71	40,69	326,31	1,04
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							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,21	5,80	17,53	151,32	5,39
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,29	6,76	13,47	123,85	5,06
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,56	10,29	4,82	142,13	0,90
	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	560	21,24	23,32	69,60	573,33	11,35
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,14	6,14	8,90	105,22	29,66
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,91	4,82	11,58	149,68	1,10
	ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,39	48,37	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,31	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	390	21,86	13,23	51,41	414,47	31,39
	Всего		53,25	50,36	171,80	1 357,11	45,78