

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

23 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 | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,40 | 6,42 | 27,97 | 195,09 | 0,62 | |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,52 | 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 | |
| Итого | 415 | 12,20 | 15,23 | 56,70 | 413,57 | 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 | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1,49 | 3,00 | 3,83 | 50,56 | 9,87 | |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 200 | 8,78 | 6,26 | 32,71 | 222,35 | 6,34 | |
| ПЛОВ С МЯСОМ | 180 | 11,36 | 16,84 | 40,62 | 359,31 | 0,81 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 7,74 | 30,96 | 0,00 | |
| ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 50 | 3,31 | 0,44 | 21,20 | 101,98 | 0,00 | |
| ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | |
| Итого | 700 | 27,23 | 26,73 | 121,15 | 836,21 | 17,02 | |
| Полдник | | | | | | | |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 200 | 3,32 | 8,11 | 16,73 | 154,68 | 18,95 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 200 | 0,17 | 0,01 | 8,15 | 34,39 | 0,98 | |
| ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 44 | 3,36 | 0,27 | 22,08 | 104,20 | 0,00 | |
| Итого | 444 | 6,85 | 8,39 | 46,96 | 293,27 | 19,93 | |
| Всего | | 46,78 | 50,45 | 234,91 | 1 586,05 | 40,19 | |

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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 4,82 | 4,89 | 20,22 | 144,28 | 0,52 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3,12 | 3,29 | 11,47 | 88,96 | 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 | 9,47 | 12,89 | 42,01 | 323,04 | 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 | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1,49 | 3,00 | 3,83 | 50,56 | 9,87 |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 180 | 7,33 | 5,49 | 27,59 | 189,09 | 5,39 |
| ПЛОВ С МЯСОМ | 150 | 9,21 | 13,57 | 29,23 | 275,83 | 0,56 |
| 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 | 600 | 22,21 | 22,53 | 94,43 | 671,51 | 15,82 |
| Полдник | | | | | | |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 150 | 2,87 | 7,25 | 14,05 | 134,10 | 17,42 |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 150 | 0,13 | 0,00 | 8,05 | 33,36 | 0,60 |
| ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С | 35 | 2,67 | 0,22 | 17,56 | 82,89 | 0,00 |
| Итого | 335 | 5,67 | 7,47 | 39,66 | 250,35 | 18,02 |
| Всего | | 37,85 | 42,99 | 186,20 | 1 287,90 | 36,88 |