

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

24 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		
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,92	7,31	26,57	196,76	0,78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,18	5,59	16,57	138,69	0,94
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
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>13,38</b>	<b>17,90</b>	<b>58,60</b>	<b>451,45</b>	<b>1,72</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,59</b>	<b>0,24</b>	<b>16,17</b>	<b>80,55</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,42	7,93	14,50	151,78	13,37
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,29	10,53	10,08	172,13	0,78
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,55	39,64	0,79
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,35	5,73	27,91	216,68	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
<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>34,43</b>	<b>26,84</b>	<b>101,03</b>	<b>784,22</b>	<b>14,94</b>
<b>Полдник</b>						
БИТОЧЕК МОРСКОЙ	80	17,08	4,30	8,89	142,79	0,70
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,01	7,89	8,98	120,85	27,20
ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,55	48,36	0,79
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
МАНДАРИН	170	1,01	0,25	9,44	47,80	47,80
<b>Итого</b>	<b>654</b>	<b>25,40</b>	<b>15,71</b>	<b>62,09</b>	<b>498,39</b>	<b>77,47</b>
<b>Всего</b>		<b>73,80</b>	<b>60,69</b>	<b>237,89</b>	<b>1 814,61</b>	<b>166,13</b>

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		
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,11	5,16	17,63	134,24	0,57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,19	3,41	12,31	93,59	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
<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>8,83</b>	<b>13,28</b>	<b>40,26</b>	<b>317,63</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0,49</b>	<b>0,20</b>	<b>13,81</b>	<b>68,41</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,47	6,39	12,23	124,85	10,79
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,35	8,90	8,56	147,63	0,60
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	3,01	32,17	0,61
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,13	5,58	23,26	187,82	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>28,65</b>	<b>23,33</b>	<b>80,84</b>	<b>648,50</b>	<b>12,00</b>
<b>Полдник</b>						
БИТОЧЕК МОРСКОЙ	80	14,29	3,17	8,56	120,03	0,50
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,38	6,09	6,73	92,53	22,31
ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,89	0,61
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,49	0,60
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
МАНДАРИН	150	0,89	0,22	8,33	42,18	42,18
<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>19,64</b>	<b>11,58</b>	<b>43,07</b>	<b>360,48</b>	<b>66,20</b>
<b>Всего</b>		<b>57,61</b>	<b>48,39</b>	<b>177,98</b>	<b>1 395,02</b>	<b>139,34</b>