

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

25 января 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	13,1	11,2	23,9	250	0,6
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
Итого		395	22,1	25,6	68,3	595	1,6
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		9,2	40	2,6
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого		210	0,9	1	32,4	146	2,6
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,7	10	21	204	16,9
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,7	20,2	23,7	334	27,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		685	27,5	30,9	99,7	793	44,4
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	6,6	8,2	21,4	187	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого		430	9	9,1	45,8	302	0,9
Всего			59,5	66,6	246,2	1836	49,5

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

25 января 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							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	10	7,5	12,6	160	0,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,2	3,4	8,8	70	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
Итого		290	17,1	20,3	46,9	441	1,1
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого		170	0,6	0,7	23,4	103	0,6
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,5	8	16,9	163	13,5
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,4	16	17	260	15,5
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		530	22,6	24,6	78,8	631	29
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,4	7,2	15,7	150	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
Итого		320	7	7,8	34	234	0,8
Всего			47,3	53,4	183,1	1409	31,5