

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

25 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	6,98	7,93	25,41	201,78	0,62
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,52	3,81	14,24	106,35	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,16	4,02	0,00	49,65	0,10
Итого	431	15,94	20,76	55,11	473,78	1,34
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						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,06	7,97	18,09	169,15	15,68
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	12,21	17,68	17,13	277,40	20,94
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,14	0,05	8,70	36,76	10,86
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	665	24,01	26,33	80,17	656,34	47,48
Полдник						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,02	6,07	23,35	164,72	10,90
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	18,51	14,41	7,16	252,17	12,36
ЧАЙ С САХАРОМ , ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	8,07	33,40	0,50
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого	524	26,04	20,75	60,66	554,49	23,76
Всего		66,49	67,94	206,04	1 727,61	74,58

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
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	3,18	11,39	86,72	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
Итого	336	11,99	16,74	40,22	361,66	1,11
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						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	4,95	6,42	14,80	137,35	12,63
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,47	14,37	12,90	223,39	12,03
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,10	0,04	7,47	31,23	7,76
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	510	19,70	21,30	62,17	520,91	32,42
Полдник						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,48	5,97	18,93	143,80	8,66
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	14,74	10,15	3,76	181,11	9,90
ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,89	0,61
ЧАЙ С САХАРОМ , ЛИМОНОМ	200	0,10	0,00	7,94	32,18	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
Итого	465	21,41	18,32	50,51	468,87	19,19
Всего		53,60	56,46	163,00	1 394,44	54,72