

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____ /Гриднева Л.А./**МЕНЮ**
26 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							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,9	8,4	29,9	228	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	16,2	125	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
Итого		415	14,6	18,1	61,5	469	1,7
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			18,3	73	0
	ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого		250	3	2,4	55,8	256	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,3	11,2	20,3	212	9,7
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,6	11,2	1,8	143	1
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	2,2	4,4	41	0,6
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,7	7,3	30,3	214	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		785	29,1	32,5	101,8	818	11,3
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,5	4,9	20,5	162	8,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		444	12	5,2	51,6	302	8,4
Всего			58,7	58,2	270,7	1845	21,4

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 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							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,2	6,6	21,3	170	0,8
	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		325	12,1	16	46,8	381	1,6
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150			14,4	58	0
	ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого		200	3	2,4	51,9	241	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	6	8,9	17,6	176	8,3
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,9	9,6	1,3	123	0,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	1,7	2,7	30	0,4
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,9	6,2	21,9	162	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		630	23,5	26,9	78,3	651	9,5
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,2	3,8	15,9	124	6,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,2	15,4	73	0
Итого		335	8,6	4	39,3	229	6,9
Всего			47,2	49,3	216,3	1502	18