

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 марта 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7	8,3	31,4	230	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
Итого		431	18,1	23,6	64,6	548	1,8
II Завтрак							
	СНЕЖОК	180	4,4	3,8	6,3	81	0,5
Итого		180	4,4	3,8	6,3	81	0,5
Обед							
	САЛАТ ЗИМНИЙ	85	1,4	3,1	7,3	64	4,4
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6	10	16,9	184	14,9
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	11,2	13,2	7,3	193	1,1
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		645	24,8	27,2	85,9	702	92,4
Полдник							
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,9	5,3	8,6	117	0,4
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3	8,1	16,4	151	6,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		474	16	15,6	59,3	442	8,8
Всего			63,3	70,2	216,1	1773	103,5

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 марта 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,7	6,5	23,1	174	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,2		40	0,1
Итого		336	14,2	19,1	48,6	424	1,7
II Завтрак							
	СНЕЖОК	150	4,4	3,8	6,3	81	0,5
Итого		150	4,4	3,8	6,3	81	0,5
Обед							
	САЛАТ ЗИМНИЙ	65	1	3,1	5,6	55	3,5
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,8	7,9	12,9	145	11,6
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80	10,3	12,6	5,6	178	0,9
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		544	20,7	24,3	64,9	575	76
Полдник							
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,9	5,3	8,6	117	0,4
	ПОДЛИВ	30	1,1	2	6,4	48	0,7
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,7	6,7	10,3	108	3,5
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,1		10	41	0,6
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого		385	14,5	14,2	52,9	397	5,2
Всего			53,8	61,4	172,7	1477	83,4