

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 ноября 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	5,08	6,37	25,20	179,30	0,62
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,50	3,72	13,83	103,77	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
Итого		415	10,86	15,09	54,49	399,07	1,24
II Завтрак							
	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
Итого		215	7,29	6,15	33,45	223,50	1,26
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	2,71	6,98	15,04	134,94	13,98
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,29	10,53	10,08	172,09	0,78
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,55	39,64	0,79
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,35	4,94	27,90	209,43	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
Итого		680	31,72	25,10	101,56	760,09	15,55
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,00	6,32	18,65	152,40	0,62
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,12	33,98	0,79
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого		410	7,41	7,19	42,19	264,98	1,41
Всего			57,28	53,53	231,69	1 647,64	19,46

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 ноября 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	3,83	4,85	17,18	128,42	0,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	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
Итого		325	8,27	12,66	39,36	305,99	1,04
II Завтрак							
	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		180	6,12	5,16	28,50	189,30	1,05
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,22	5,57	12,71	110,68	11,42
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,35	8,90	8,56	147,59	0,60
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,48	1,99	2,77	30,95	0,51
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,12	3,98	23,24	173,31	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	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		585	26,35	20,91	81,06	618,56	12,53
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,31	7,20	15,64	149,60	0,78
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,07	29,28	0,50
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого		320	6,94	7,78	32,99	231,28	1,28
Всего			47,68	46,51	181,91	1 345,13	15,90