

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

26 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,28	6,51	27,23	193,39	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	2,30	0,89	15,74	80,24	0,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого	415	12,11	15,25	56,84	414,80	1,24
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
Итого	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,11	3,15	10,42	79,57	13,53
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	5,85	8,06	20,24	177,62	7,37
ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	110	16,03	19,02	55,20	455,67	0,49
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
Итого	675	27,44	30,72	115,76	851,60	32,25
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	5,21	6,61	15,66	143,72	0,62
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого	410	7,58	7,48	39,06	254,73	0,64
Всего		47,72	53,69	227,83	1 601,68	106,13

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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,74	4,95	19,08	140,56	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	9,18	12,76	41,26	318,13	1,04
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
Итого	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,47	3,08	7,56	64,55	7,65
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,91	3,86	14,04	99,04	5,59
ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	13,97	14,81	44,85	368,41	0,47
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
Итого	570	20,10	22,14	90,88	644,81	21,47
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	150	4,03	5,02	12,00	110,03	0,52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,31	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого	320	5,63	5,60	29,26	190,74	0,54
Всего		35,40	40,70	175,21	1 222,09	83,05