

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

27 июня 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							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	17,7	12,7	23,6	281	2,2
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,6	3,8	11,5	86	0,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		58	0
	Итого	411	30,4	31,8	68,3	685	3,2
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,3	10,8	12,2	173	12,4
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	4,5	4,5	32,1	188	0
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	70	9,4	9,6	10,1	164	0,8
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	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	730	26,3	27,4	102,4	765	13,9
Полдник							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,8	30,4	236	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,2	8,1	71,7	400	0,2
	Итого	480	18,6	16,9	111,1	672	1,1
	Всего		75,8	76,2	291,9	2165	20,2

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130	10,9	8,5	12,5	172	1,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	20	1	2,5	7,4	56	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
Итого		336	20,1	23,4	45,4	474	2,2
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого		100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,4	7,9	10	131	10,2
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	4,4	4,5	31,1	183	0
	ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	60	10,4	10,7	9,8	177	0,6
	ПОДЛИВ	50	0,5	1,9	3	32	0,7
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		659	23,8	25,5	88,7	683	11,5
Полдник							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,8	22,3	177	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	9	5,9	60,3	329	0,2
Итого		380	15,6	12,7	90,6	538	1
Всего			60	61,7	234,8	1738	16,7

