

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

27 сентября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,82	8,87	27,74	223,11	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	0,78
	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	405	13,69	18,24	53,26	434,15	1,56
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
	Итого	135	2,57	1,75	36,35	171,10	2,00
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,49	8,27	24,46	210,52	7,71
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,43	10,17	7,11	153,67	1,10
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,72	8,20	21,57	175,21	8,75
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	Итого	690	27,24	27,27	97,13	743,39	17,56
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	16,50	5,87	14,65	177,92	1,47
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,54	48,32	0,79
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,99	8,75	11,51	143,20	37,27
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	564	24,79	17,89	60,93	508,03	40,51
	Всего		68,29	65,15	247,67	1 856,67	61,63

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,49	6,21	18,96	154,56	0,57
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,19	3,41	12,31	93,59	0,57
	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	10,21	14,33	41,59	337,95	1,14
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		130	2,27	1,51	32,60	152,80	2,00
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,41	6,63	18,85	164,97	6,00
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,56	10,28	4,82	142,03	0,90
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,86	6,81	16,81	139,91	6,59
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	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		560	22,01	24,19	75,22	606,81	13,49
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,92	4,81	11,58	149,59	1,10
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,89	0,61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,14	6,14	8,90	105,22	29,66
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,33	0,19	15,36	72,47	0,00
Итого		390	20,94	13,12	45,25	385,64	31,97
Всего			55,43	53,15	194,66	1 483,20	48,60