

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	6,98	7,93	25,41	201,78	0,62
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,53	3,81	13,27	102,48	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
Итого		431	16,17	21,03	54,14	473,22	1,34
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого		100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,33	10,10	18,45	191,13	15,69
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,19	20,27	21,51	322,56	21,50
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	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		665	25,12	31,00	83,95	717,68	37,19
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,06	6,08	23,68	166,29	11,07
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,40	3,62	8,56	88,44	0,38
	ПОДЛИВ	50	0,76	2,99	4,49	48,09	0,77
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого		544	13,70	12,96	66,79	439,43	12,24
Всего			55,49	65,09	214,98	1 673,33	52,77

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

27 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	3,18	11,39	86,74	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
	Итого	336	11,99	16,74	40,22	361,68	1,11
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,23	8,17	15,45	156,96	12,80
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,10	16,16	15,61	253,08	12,40
	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	510	20,51	24,80	64,84	566,07	25,20
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,48	5,97	18,93	143,80	8,66
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,34	2,64	8,22	78,05	0,21
	ПОДЛИВ	30	0,41	1,98	2,27	28,66	0,59
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,33	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	415	12,00	10,81	53,97	361,73	9,48
	Всего		45,00	52,45	169,13	1 332,48	37,79