

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

28 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							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,2	7,5	27,6	207	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	16,2	125	0,8
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,7	80	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		415	13,9	17,2	59,5	449	1,6
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18,3	73	0
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого		210	0,8	1	41,5	179	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7	11,2	18,4	203	8,8
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,2	16,6	26,3	304	13,3
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого		660	24,8	28,4	89,7	715	22,1
Полдник							
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	170	25,6	15	8,4	272	1,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		364	29,1	15,3	38,5	408	1,1
Всего			68,6	61,9	229,2	1751	24,8

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	4,7	5	19	141	0,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,9	3,1	12,9	92	0,5
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,5	0,6	10,3	52	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		325	9,1	12,8	42,2	322	1
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ	150			14,4	58	0
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого		170	0,6	0,7	29,9	129	0
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,7	8,8	15	164	7
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,3	14,7	25,5	280	12,9
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого		549	21,1	24	75,3	604	19,9
Полдник							
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	140	20,9	9,3	5,5	192	0,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого		325	23,7	9,5	31,1	307	0,8
Всего			54,5	47	178,5	1362	21,7

