

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

28 ноября 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	103,78	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	414,81	1,24
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
Итого		215	3,22	3,67	42,21	226,50	72,00
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,02	3,14	10,27	78,42	12,03
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	5,96	10,15	19,41	193,74	6,72
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,03	19,02	55,20	455,59	0,49
	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
Итого		685	27,32	32,75	113,82	860,69	19,24
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	5,20	5,80	15,66	136,46	0,62
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,12	33,99	0,79
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЯБЛОКО	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00
Итого		610	8,41	7,47	58,80	343,05	21,41
Всего			51,06	59,14	271,67	1 845,05	113,89

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

28 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 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
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого		180	2,74	3,14	36,13	193,51	60,00
Обед							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,59	3,09	8,18	67,63	8,15
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,67	8,18	14,34	150,26	5,70
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	13,97	14,81	44,85	368,32	0,47
	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
Итого		570	22,88	26,43	91,11	694,88	14,32
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	4,03	4,23	11,99	102,78	0,52
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,07	29,28	0,50
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЯБЛОКО	180	0,72	0,72	17,64	84,60	18,00
Итого		530	6,38	5,53	46,98	269,06	19,02
Всего			41,18	47,86	215,48	1 475,58	94,38