

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

29 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	8,4	29,7	229	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	5,1	5,6	16,6	139	0,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	30	2,3	0,9	15,4	79	0
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого		415	15,7	19	61,7	484	1,8
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		8	33	1
	ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого		205	0,8	0,8	27,3	122	1
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,5	3	4,8	55	9,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,5	10,1	14,3	172	7,4
	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МЯСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	120	14,2	22,7	34,8	401	15,4
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	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		640	26,8	36,4	98	832	32,7
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,5	4,9	20,5	162	8,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		424	12	5,2	50,7	298	8,4
Всего			55,3	61,4	237,7	1736	43,9

Согласовано

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

29 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,5	6,6	21,8	173	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	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
	Итого	325	12,4	16	47,3	383	1,6
II Завтрак							
	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,9	32	0,6
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
	Итого	250	0,5	0,1	18	75	2,6
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	1,2	2,3	3,1	39	7,4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,7	9,4	11,7	152	5,9
	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МЯСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	12,1	19,6	24	322	10,3
	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	555	22,1	31,8	73,6	673	23,6
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,2	3,8	15,9	124	6,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,7	0,2	17,6	83	0
	Итого	335	9	4	41,5	239	6,9
	Всего		44	51,9	180,4	1370	34,7