

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

29 августа 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							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	3,07	4,60	49,81	2,84
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	170	10,30	13,86	5,01	186,65	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	14,64	119,94	0,78
	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
Итого		445	17,93	26,68	39,71	472,40	4,14
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого		210	2,84	3,18	38,49	205,65	72,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,82	11,18	16,10	192,92	8,14
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНО ТОМАТНЫМ СОУСОМ	150/50	13,83	18,71	23,52	319,52	27,48
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого		671	26,25	30,52	83,61	716,43	35,62
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	5,31	7,20	15,64	149,60	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
Итого		330	7,68	8,07	39,04	260,61	0,80
Всего			54,70	68,45	200,85	1 655,09	112,56

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

29 августа 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							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	45	0,75	3,05	3,28	43,50	2,22
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,74	13,24	4,10	175,01	0,42
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	11,84	92,52	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	350	15,23	24,49	29,54	400,83	3,21
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
	Итого	170	1,99	2,16	28,69	151,81	60,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,69	9,05	13,97	160,37	6,96
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНО ТОМАТНЫМ СОУСОМ	140/20	12,68	15,09	18,74	262,81	22,72
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	Итого	559	22,55	24,61	66,49	579,21	29,68
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,18	5,95	13,81	126,32	0,57
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	Итого	320	5,78	6,53	31,07	207,01	0,59
	Всего		45,55	57,79	155,79	1 338,86	93,48