

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

30 июля 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,10	8,29	31,49	230,20	0,94
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,18	5,59	17,54	142,57	0,94
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,25	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,66	4,72	0,00	57,77	0,00
Итого		431	18,27	23,62	64,81	548,19	1,88
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	17,39	69,54	0,00
Итого		180	0,00	0,00	17,39	69,54	0,00
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,01	10,10	16,86	183,59	14,96
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	11,20	13,22	7,40	193,27	1,05
	САЛАТ ЗИМНИЙ	85	1,39	3,20	7,23	63,81	4,42
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,11	88,29	72,00
	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		645	24,79	27,39	85,85	701,99	92,43
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,91	16,55	132,60	7,46
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,84	5,26	8,58	116,93	0,43
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,95	36,29	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого		460	14,96	13,35	52,12	388,95	8,52
Всего			58,02	64,36	220,17	1 708,67	102,83

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

30 июля 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,58	6,45	23,01	173,50	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,32	4,66	15,10	120,74	0,78
	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	2,55	3,25	0,00	40,04	0,08
	Итого	336	13,98	19,07	48,43	424,08	1,64
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
	Итого	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,81	8,15	12,81	144,54	11,52
	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80	10,24	12,71	5,65	178,01	0,94
	САЛАТ ЗИМНИЙ	65	1,07	3,15	5,51	55,01	3,38
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	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	544	20,79	24,68	64,78	574,91	75,84
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,60	5,79	11,81	110,19	5,06
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,84	5,26	8,58	116,93	0,43
	ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,37	48,28	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
	Итого	365	15,25	13,32	52,26	390,45	6,12
	Всего		50,02	57,07	179,95	1 447,38	83,60