

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
/Гриднева Л.А./**МЕНЮ**

31 января 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 "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	7,6	8,5	31	233	0,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,1	5,6	17,5	143	0,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
Итого		426	17,3	22,1	63,9	528	1,9
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			18,3	73	0
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого		230	0,8	1	41,5	179	0
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	4,9	7,9	14,1	148	7,1
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,4	9,6	10,1	163	0,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,9	9,1	11,5	146	37,3
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88	72
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,7	0,3	24,3	115	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого		730	25,8	27,6	99,3	762	117,2
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	3,9	19,2	123	9,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		9,2	38	1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104	0
Итого		414	7,7	8,7	54,4	325	13,7
Всего			51,6	59,4	259,1	1794	132,8

Согласовано

Руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

31 января 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 "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	6,1	6,7	22,7	176	0,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,4	4,7	15,2	121	0,8
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90	0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,3	3		36	0,1
Итого		336	14,3	19,1	48,2	423	1,7
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	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							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	4,3	6,3	13,5	130	6,8
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,5	8,9	8,6	147	0,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,6	6	7,8	99	25,4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68	60
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	3	0,2	19,5	92	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого		610	21,5	22	80,2	618	92,7
Полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,6	5,4	15,7	121	7,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		8,1	33	0,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого		335	6,4	10,1	45,3	297	11,5
Всего			42,8	51,9	203,6	1467	105,9