

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

31 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8,66	9,80	28,15	236,70	0,94
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,20	5,68	16,98	141,26	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	19,85	25,22	60,91	553,38	1,88
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
	Итого	120	1,06	0,76	25,56	113,80	2,00
Обед							
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,74	4,83	13,19	103,40	6,61
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,74	9,53	6,94	148,28	0,78
	ПОДЛИВ	30	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	Итого	680	24,96	25,45	109,13	765,09	8,18
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,46	13,01	28,78	308,90	0,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,25	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,95	36,27	0,02
	Итого	405	22,59	20,02	65,66	536,11	0,37
	Всего		68,46	71,45	261,26	1 968,38	12,43

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

31 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,62	7,46	20,79	177,84	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,34	4,74	14,63	119,69	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	15,04	20,16	45,74	427,37	1,64
II Завтрак							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
	Итого	120	1,06	0,76	25,56	113,80	2,00
Обед							
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	1,39	3,80	10,68	82,65	5,29
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	4,87	6,07	21,98	161,84	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	8,05	8,87	6,61	138,30	0,60
	ПОДЛИВ	30	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	Итого	570	18,96	21,20	76,70	573,35	6,50
Полдник							
	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,46	13,01	28,78	308,90	0,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
	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	7,94	32,18	0,02
	Итого	365	21,77	19,71	59,19	504,17	0,37
	Всего		56,83	61,83	207,19	1 618,69	10,51