

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

31 октября 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,12	7,45	28,60	210,85	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	0,78
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,22	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
	Итого	431	17,17	21,42	59,58	502,67	1,66
II Завтрак							
	БИФИДОК	200	6,80	5,00	11,00	122,00	1,40
	ПЕЧЕНЬЕ	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
	Итого	235	9,43	8,43	37,04	267,95	1,40
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,49	3,00	3,83	50,56	9,87
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	6,38	10,22	22,16	207,36	8,16
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	120	16,02	19,01	55,20	455,50	0,49
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	Итого	610	27,20	32,67	110,13	846,36	18,52
Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,84	7,26	20,02	169,86	0,78
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	Итого	410	8,26	8,14	43,59	282,85	1,76
	Всего		62,06	70,66	250,34	1 899,83	23,34

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

31 октября 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,02	5,26	19,53	146,38	0,57
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,19	3,41	12,31	93,59	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
	Итого	336	12,06	16,33	42,16	366,17	1,21
II Завтрак							
	БИФИДОК	150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
	Итого	180	7,35	6,69	30,57	216,60	1,05
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,49	3,00	3,83	50,56	9,87
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	4,91	8,22	15,73	157,29	6,41
	ПИРОЖОК С МЯСОМ РИСОМ	100	13,96	14,80	44,85	368,22	0,47
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	Итого	530	23,01	26,37	88,15	684,74	16,75
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, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,10	29,51	0,60
	Итого	320	5,81	6,53	31,19	208,23	1,17
	Всего		48,23	55,92	192,07	1 475,74	20,18