

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

4 февраля 2025 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	6,26	7,36	30,12	212,74	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	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	Итого	415	12,88	17,02	60,78	449,98	1,56
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
	ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
	Итого	215	7,29	6,15	33,81	225,30	0,54
Обед							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	5,24	7,16	7,87	117,12	3,98
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,66	10,04	14,22	170,94	13,69
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,24	10,52	9,75	170,42	0,62
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,53	39,55	0,79
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,36	6,54	27,92	223,94	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	Итого	780	40,46	37,15	116,71	975,55	91,08
Полдник							
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,42	3,65	8,56	88,76	0,38
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,89	8,74	10,90	140,13	37,03
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	ЯБЛОКО	250	0,67	0,67	16,42	78,73	16,75
	Итого	794	14,23	16,32	70,47	492,50	54,97
	Всего		74,86	76,64	281,77	2 143,33	148,15

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

4 февраля 2025 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	4,74	5,51	21,64	156,04	0,62
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,48	3,72	12,77	99,41	0,62
	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		325	9,75	13,94	44,73	345,25	1,24
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		180	6,12	5,16	28,80	190,80	0,45
Обед							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	4,08	4,71	6,50	84,80	3,29
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,67	8,12	11,98	140,48	11,16
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,29	8,89	8,22	145,92	0,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	3,00	32,13	0,61
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,13	5,58	23,26	187,82	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого		685	33,36	29,96	93,77	788,50	75,49
Полдник							
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,36	2,67	8,22	78,37	0,21
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,03	6,12	8,28	102,10	29,41
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,32	28,89	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	ЯБЛОКО	200	0,54	0,54	13,13	62,98	13,40
Итого		565	10,98	11,43	48,97	347,99	43,65
Всего			60,21	60,49	216,27	1 672,54	120,83