

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

10 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,56	7,45	28,36	211,59	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	14,18	17,11	59,02	448,83	1,56
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
	Итого	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,32	9,91	16,33	183,81	7,86
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	9,18	12,01	1,28	149,42	0,49
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,66	0,07	3,95	19,17	0,54
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	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	785	29,45	29,98	95,77	769,86	8,89
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,63	5,02	18,96	155,74	7,77
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	424	12,16	5,30	49,19	294,32	8,75
	Всего		55,79	52,39	222,32	1 586,39	19,20

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

10 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,60	5,57	20,47	155,28	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	10,61	14,00	43,56	344,49	1,24
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Итого		150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	6,04	7,99	13,85	151,53	6,49
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	8,26	10,20	0,68	127,08	0,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,41	0,04	2,41	11,70	0,36
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,87	6,07	21,98	161,84	0,00
	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
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого		630	23,76	24,77	72,70	608,18	7,10
Полдник							
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,13	3,93	14,96	119,95	6,49
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,10	29,51	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,34	0,19	15,36	72,49	0,00
Итого		335	8,60	4,12	37,42	221,95	7,09
Всего			42,97	42,89	168,16	1 232,56	15,43