

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

10 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		
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,24	7,36	29,34	212,55	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	14,64	119,94	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
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>13,89</b>	<b>17,11</b>	<b>59,44</b>	<b>448,49</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,48	3,00	3,77	50,22	9,84
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	5,93	10,26	18,61	190,91	5,95
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,23	10,50	9,75	170,17	0,62
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,53	39,55	0,79
ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	200	3,59	3,63	25,73	150,02	0,00
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
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
<b>Итого</b>	<b>860</b>	<b>26,60</b>	<b>30,04</b>	<b>106,38</b>	<b>804,86</b>	<b>17,20</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	3,07	4,60	49,81	2,84
ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	155	10,30	13,86	5,01	186,64	0,52
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>13,65</b>	<b>17,80</b>	<b>33,01</b>	<b>347,46</b>	<b>3,38</b>
<b>Всего</b>		<b>54,64</b>	<b>65,05</b>	<b>208,93</b>	<b>1 643,81</b>	<b>24,14</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,67	5,83	21,59	161,74	0,68
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,79	4,12	12,76	104,20	0,68
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
<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>10,99</b>	<b>14,66</b>	<b>44,67</b>	<b>355,74</b>	<b>1,36</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	1,11	2,50	3,05	40,88	7,37
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	4,56	8,22	13,53	146,71	5,04
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	60	7,99	8,85	6,27	136,48	0,43
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	3,13	1,97	22,50	120,39	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
<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>21,49</b>	<b>24,00</b>	<b>82,12</b>	<b>632,57</b>	<b>13,45</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	45	0,75	3,05	3,26	43,40	2,21
ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,74	13,24	4,10	175,00	0,42
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	6,99	28,33	0,02
<b>Итого</b>	<b>345</b>	<b>12,09</b>	<b>16,87</b>	<b>24,63</b>	<b>299,13</b>	<b>2,65</b>
<b>Всего</b>		<b>45,07</b>	<b>55,63</b>	<b>161,52</b>	<b>1 330,44</b>	<b>19,46</b>