

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

13 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,68	6,74	28,43	200,91	0,68
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,81	4,13	13,73	108,30	0,68
	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	12,77	15,87	57,62	425,21	1,36
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,12	2,98	3,12	45,43	7,40
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	6,06	10,29	19,63	195,77	6,47
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,28	10,52	10,08	171,99	0,78
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,53	39,55	0,79
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	120	3,59	2,84	25,72	142,77	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
	Итого	760	26,42	29,28	107,07	799,50	15,44
Полдник							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,98	3,07	4,60	49,81	2,84
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	155	7,80	11,60	4,87	155,77	0,52
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	8,09	33,59	0,60
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	Итого	425	11,18	15,54	32,98	317,77	3,96
	Всего		50,87	60,79	207,77	1 585,48	22,76

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

13 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,10	5,20	20,67	150,10	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	11,84	92,52	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
	Итого	325	9,84	13,40	42,83	332,42	1,14
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,93	2,00	2,76	34,14	6,17
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	4,62	8,23	13,88	148,49	5,18
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	60	8,05	8,87	6,61	138,30	0,60
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	100	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
	Итого	660	21,43	23,53	82,52	629,43	12,56
Полдник							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	45	0,74	3,05	3,19	43,09	2,18
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	7,24	10,98	3,96	144,13	0,42
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	Итого	345	9,61	14,61	24,52	269,09	3,20
	Всего		41,38	51,64	159,97	1 273,94	18,90