

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

14 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						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130	27,07	18,19	22,28	365,94	0,42
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,78	4,04	14,29	109,59	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
Итого	411	38,10	35,24	63,53	730,18	1,26
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,14	0,02	8,21	36,24	2,56
Итого	180	0,14	0,02	8,21	36,24	2,56
Обед						
БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,69	10,18	21,80	206,61	16,07
СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,62	16,64	4,43	210,27	1,04
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,38	6,24	34,25	214,72	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
Итого	690	28,29	33,69	104,47	835,59	17,11
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	5,49	6,93	16,12	149,54	0,68
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	100	9,08	11,93	56,15	367,96	0,21
ЯБЛОКО	250	0,67	0,67	16,42	78,73	16,75
Итого	750	15,36	19,53	96,67	628,64	17,66
Всего		81,89	88,48	272,88	2 230,65	38,59

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		
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	21,16	13,74	12,85	263,09	0,28
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,59	3,72	11,50	85,69	0,06
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	356	29,79	28,53	46,98	568,57	0,98
II Завтрак						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,03	0,00	6,89	28,27	0,58
Итого	150	0,03	0,00	6,89	28,27	0,58
Обед						
БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,73	8,29	19,94	177,95	13,76
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	6,42	9,97	0,35	116,73	0,43
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,76	5,25	23,99	158,28	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	570	20,09	23,98	78,06	608,99	14,19
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	4,31	5,33	12,45	115,85	0,57
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	80	9,07	11,93	56,15	367,87	0,21
ЯБЛОКО	200	0,64	0,64	15,68	75,20	16,00
Итого	610	14,12	17,90	91,26	587,21	16,80
Всего		64,03	70,41	223,19	1 793,04	32,55