

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

14 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,56	7,85	29,08	218,21	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,50	4,83	14,70	121,63	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
Итого	426	16,66	20,63	59,24	492,24	1,63
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
Итого	215	2,66	1,89	42,42	208,65	72,00
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	0,05	2,01	10,02	1,01
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,88	10,06	14,19	172,91	12,65
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	9,65	13,29	17,69	229,55	8,57
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	685	21,47	24,03	77,88	616,47	22,23
Полдник						
СУП РЫБНЫЙ	180	7,52	5,19	16,63	143,65	6,51
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого	404	11,00	5,46	46,69	280,26	6,53
Всего		51,79	52,01	226,23	1 597,62	102,39

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						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,60	5,84	20,95	159,69	0,62
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,61	3,87	12,35	99,73	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	10,74	14,42	43,62	349,22	1,24
II Завтрак						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого	180	2,26	1,61	36,31	178,21	60,00
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	0,03	1,34	6,68	0,67
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,69	8,13	11,73	140,15	9,17
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	8,97	11,67	17,99	213,51	8,24
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого	575	18,07	20,30	64,84	516,37	18,08
Полдник						
СУП РЫБНЫЙ	150	5,25	4,03	12,59	107,93	5,22
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,34	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,34	0,19	15,36	72,51	0,00
Итого	335	7,69	4,22	34,94	208,78	5,24
Всего		38,76	40,55	179,71	1 252,58	84,56