

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,82	8,87	27,74	223,11	0,78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	0,78
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>405</b>	<b>13,69</b>	<b>18,24</b>	<b>53,26</b>	<b>434,15</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>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,01	8,18	20,82	193,14	5,94
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,44	10,19	7,09	153,87	1,10
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,43	8,18	19,87	166,93	8,00
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>670</b>	<b>26,48</b>	<b>27,18</b>	<b>91,77</b>	<b>717,93</b>	<b>15,04</b>
<b>Полдник</b>						
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	16,69	5,91	14,30	177,54	1,30
ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,89	8,74	10,90	140,13	37,03
ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
<b>Итого</b>	<b>544</b>	<b>24,63</b>	<b>16,92</b>	<b>58,42</b>	<b>488,34</b>	<b>39,92</b>
<b>Всего</b>		<b>65,30</b>	<b>62,44</b>	<b>213,55</b>	<b>1 683,42</b>	<b>58,52</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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,78	6,52	19,42	160,38	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
<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>10,79</b>	<b>14,95</b>	<b>42,51</b>	<b>349,59</b>	<b>1,24</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>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,00	6,55	15,79	150,27	4,51
КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,57	10,30	4,80	142,23	0,90
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,62	6,80	15,35	132,99	5,91
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>560</b>	<b>21,37</b>	<b>24,12</b>	<b>69,72</b>	<b>581,52</b>	<b>11,32</b>
<b>Полдник</b>						
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,77	4,82	11,24	147,69	0,94
ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,37	48,28	0,61
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,03	6,12	8,28	102,10	29,41
ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>21,64</b>	<b>13,21</b>	<b>50,54</b>	<b>410,43</b>	<b>31,56</b>
<b>Всего</b>		<b>54,30</b>	<b>52,38</b>	<b>172,87</b>	<b>1 384,54</b>	<b>46,12</b>