

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

17 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						
СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,84	7,26	20,02	169,86	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
Итого	415	12,49	17,01	50,12	405,80	1,56
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	1,99	2,01	27,46	1,01
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,13	9,12	15,15	169,51	14,11
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	10,16	11,42	21,19	228,88	9,84
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	685	22,23	23,16	82,34	629,84	24,96
Полдник						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	7,76	9,11	30,41	236,14	0,94
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого	430	10,13	9,98	53,81	347,15	0,96
Всего		47,51	52,04	228,69	1 591,44	99,48

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						
СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,46	5,45	14,27	124,88	0,62
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,50	3,80	12,30	98,34	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	9,49	13,96	36,89	313,02	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	1,97	1,34	24,12	0,67
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,66	7,15	11,59	130,74	9,08
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	8,96	10,71	17,91	204,39	8,14
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	575	18,03	20,30	64,62	515,28	17,89
Полдник						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,01	6,47	21,65	170,05	0,78
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого	320	7,61	7,05	38,91	250,74	0,80
Всего		37,39	42,92	176,73	1 257,25	79,93