

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

18 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,26	7,36	30,12	212,74	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,23	0,78
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	116,00	0,00
	Итого	415	12,88	17,02	60,78	449,97	1,56
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
	ПРЯНИК	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
	Итого	215	7,29	6,15	33,81	225,30	0,54
Обед							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	5,24	7,16	7,87	117,12	3,98
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	5,66	10,04	14,22	170,94	13,69
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,24	10,53	9,75	170,48	0,62
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,53	39,55	0,79
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,36	6,54	27,92	223,94	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	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	780	40,46	37,16	116,71	975,61	91,08
Полдник							
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	5,41	3,64	8,56	88,67	0,38
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,89	8,74	10,90	140,13	37,03
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	ЯБЛОКО	150	0,40	0,40	9,85	47,24	10,05
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	Итого	694	13,95	16,04	63,90	460,91	48,27
	Всего		74,58	76,37	275,20	2 111,79	141,45

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

18 февраля 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,17	4,89	20,73	144,40	0,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	0,52
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	0,00
Итого		325	8,61	12,70	42,91	321,97	1,04
II Завтрак							
	РЯЖЕНКА 2,5% жирности	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		180	6,12	5,16	28,80	190,80	0,45
Обед							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	4,19	4,72	7,31	88,71	3,70
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,67	8,12	11,98	140,48	11,16
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,29	8,90	8,22	145,98	0,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,13	5,58	23,26	187,82	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	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		685	33,47	29,98	94,57	792,42	75,90
Полдник							
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	50	15,61	3,25	8,22	124,69	0,35
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,31	28,84	0,61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,03	6,12	8,28	102,10	29,41
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	ЯБЛОКО	150	0,40	0,40	9,85	47,23	10,05
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого		515	21,09	11,87	45,68	378,51	40,44
Всего			69,29	59,71	211,96	1 683,70	117,83