

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

20 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						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,24	7,36	29,34	212,55	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,36	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	13,88	17,11	59,44	448,49	1,56
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,47	3,00	3,70	49,89	9,80
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	8,80	6,25	32,91	223,11	6,45
ПЛОВ С МЯСОМ	180	10,75	16,47	37,58	341,29	1,08
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	700	26,62	26,35	118,18	818,28	17,33
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,31	6,50	16,48	139,21	18,77
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,14	34,18	0,88
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
Итого	424	6,84	6,78	46,70	277,59	19,65
Всего		47,84	50,34	234,42	1 587,36	40,54

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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,39	5,51	21,13	155,92	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	10,42	14,02	43,75	344,06	1,24
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,11	2,01	3,05	36,37	7,37
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	7,22	4,67	26,85	178,23	5,03
ПЛОВ С МЯСОМ	150	9,29	12,79	29,63	270,63	0,75
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	600	21,80	19,94	93,31	641,26	13,15
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,78	5,64	13,37	116,43	17,09
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
Итого	335	5,58	5,86	38,02	228,79	17,69
Всего		38,30	39,92	185,18	1 257,11	34,08