

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,91	6,50	26,57	189,50	0,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	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	12,53	16,16	57,23	426,74	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							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,79	10,07	15,24	175,80	14,21
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	70	9,29	10,53	10,08	172,08	0,78
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,77	2,02	4,53	39,55	0,79
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	13,35	4,94	27,90	209,43	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	660	35,39	28,43	110,17	850,44	87,78
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,18	7,11	9,05	114,76	29,83
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	70	18,44	4,39	8,89	149,12	0,71
	ПОДЛИВ	30	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,12	33,99	0,79
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
	ЯБЛОКО	250	0,53	0,53	12,94	62,04	13,20
	Итого	774	26,44	15,29	65,61	512,38	45,32
	Всего		81,65	66,03	266,82	2 014,86	135,20

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

21 января 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	4,40	4,68	18,08	132,81	0,62
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	0,52
	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	8,84	12,49	40,26	310,38	1,14
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							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,67	8,12	11,98	140,48	11,16
	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦ	60	8,35	8,90	8,56	147,58	0,60
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,48	1,99	2,77	30,91	0,50
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	85	11,13	4,79	23,25	180,57	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	565	29,30	24,47	87,37	696,89	72,26
Полдник							
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	2,79	6,11	7,80	98,93	26,62
	БИТОЧЕК МОРСКОЙ	60	17,04	3,33	8,56	132,54	0,54
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,31	28,84	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,07	29,30	0,50
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	ЯБЛОКО	200	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
	Итого	575	22,37	12,00	46,99	390,74	39,71
	Всего		66,63	54,12	203,42	1 588,81	113,56