

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

28 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>    |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)       | 130        | 27,06             | 18,18        | 22,28         | 365,77                        | 0,42           |
|                   | СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ    | 50         | 1,59              | 3,72         | 11,50         | 85,69                         | 0,06           |
|                   | 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           |
|                   | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                       | 16         | 3,38              | 4,29         | 0,00          | 52,96                         | 0,10           |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>411</b> | <b>38,65</b>      | <b>35,85</b> | <b>64,44</b>  | <b>741,66</b>                 | <b>1,36</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | КЕФИР                                | 180        | 5,22              | 4,50         | 7,20          | 95,40                         | 1,26           |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>180</b> | <b>5,22</b>       | <b>4,50</b>  | <b>7,20</b>   | <b>95,40</b>                  | <b>1,26</b>    |
| <b>Обед</b>       |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ             | 200        | 6,06              | 10,07        | 17,06         | 184,05                        | 13,75          |
|                   | СУФЛЕ КУРИНОЕ                        | 80         | 10,64             | 16,65        | 4,43          | 210,54                        | 1,04           |
|                   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ          | 150        | 5,38              | 6,24         | 34,25         | 214,72                        | 0,00           |
|                   | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                | 180        | 0,00              | 0,00         | 7,74          | 30,96                         | 0,00           |
|                   | 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           |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>690</b> | <b>27,68</b>      | <b>33,59</b> | <b>99,73</b>  | <b>813,30</b>                 | <b>14,79</b>   |
| <b>Полдник</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ               | 200        | 6,05              | 7,55         | 17,03         | 161,18                        | 0,78           |
|                   | ПЛЮШКА                               | 80         | 9,06              | 11,12        | 56,14         | 360,66                        | 0,21           |
|                   | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180        | 0,10              | 0,00         | 7,94          | 32,16                         | 0,02           |
|                   | ЯБЛОКО                               | 200        | 0,54              | 0,54         | 13,13         | 62,98                         | 13,40          |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>660</b> | <b>15,75</b>      | <b>19,21</b> | <b>94,24</b>  | <b>616,98</b>                 | <b>14,41</b>   |
|                   | <b>Всего</b>                         |            | <b>87,30</b>      | <b>93,15</b> | <b>265,61</b> | <b>2 267,34</b>               | <b>31,82</b>   |

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

28 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  |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)       | 120        | 21,13             | 13,71        | 12,84         | 262,75                        | 0,28           |
|                   | СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ    | 50         | 1,59              | 3,72         | 11,50         | 85,69                         | 0,06           |
|                   | 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           |
|                   | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                       | 11         | 2,32              | 2,95         | 0,00          | 36,40                         | 0,07           |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>356</b> | <b>30,05</b>      | <b>28,81</b> | <b>47,43</b>  | <b>574,05</b>                 | <b>1,03</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | КЕФИР                                | 150        | 4,35              | 3,75         | 6,00          | 79,50                         | 1,05           |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>150</b> | <b>4,35</b>       | <b>3,75</b>  | <b>6,00</b>   | <b>79,50</b>                  | <b>1,05</b>    |
| <b>Обед</b>       |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ             | 180        | 4,97              | 8,14         | 14,18         | 150,53                        | 10,92          |
|                   | СУФЛЕ КУРИНОЕ                        | 60         | 6,42              | 9,97         | 0,35          | 116,73                        | 0,43           |
|                   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ          | 120        | 3,76              | 5,25         | 23,99         | 158,28                        | 0,00           |
|                   | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                | 150        | 0,00              | 0,00         | 6,78          | 27,09                         | 0,00           |
|                   | 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           |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>570</b> | <b>19,33</b>      | <b>23,83</b> | <b>72,30</b>  | <b>581,57</b>                 | <b>11,35</b>   |
| <b>Полдник</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ               | 180        | 4,60              | 5,64         | 12,91         | 121,67                        | 0,62           |
|                   | ПЛЮШКА                               | 60         | 7,70              | 8,90         | 47,95         | 302,52                        | 0,16           |
|                   | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 150        | 0,10              | 0,00         | 6,98          | 28,31                         | 0,02           |
|                   | ЯБЛОКО                               | 180        | 0,58              | 0,58         | 14,11         | 67,68                         | 14,40          |
|                   | <b>Итого</b>                         | <b>570</b> | <b>12,98</b>      | <b>15,12</b> | <b>81,95</b>  | <b>520,18</b>                 | <b>15,20</b>   |
|                   | <b>Всего</b>                         |            | <b>66,71</b>      | <b>71,51</b> | <b>207,68</b> | <b>1 755,30</b>               | <b>28,63</b>   |