

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

30 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>							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,82	8,87	27,74	223,11	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
<b>Итого</b>		<b>415</b>	<b>14,44</b>	<b>18,53</b>	<b>58,40</b>	<b>460,35</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9,26	8,23	22,87	202,85	6,98
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,43	10,17	7,09	153,58	1,10
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,11	8,16	17,94	157,76	7,10
	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
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>26,40</b>	<b>27,19</b>	<b>91,89</b>	<b>718,18</b>	<b>15,18</b>
<b>Полдник</b>							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	18,05	5,96	14,30	183,43	1,32
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	2,91	8,69	8,35	124,92	26,95
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	44	3,36	0,27	22,08	104,20	0,00
<b>Итого</b>		<b>544</b>	<b>25,01</b>	<b>16,92</b>	<b>55,87</b>	<b>479,02</b>	<b>29,86</b>
<b>Всего</b>			<b>66,35</b>	<b>62,74</b>	<b>216,26</b>	<b>1 700,55</b>	<b>48,60</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

30 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>							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,78	6,52	19,42	160,38	0,62
	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
<b>Итого</b>		<b>325</b>	<b>10,79</b>	<b>14,95</b>	<b>42,51</b>	<b>349,59</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,12	6,57	16,81	155,13	5,03
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,56	10,28	4,80	141,94	0,90
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,51	6,78	14,73	129,87	5,66
	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
<b>Итого</b>		<b>560</b>	<b>21,37</b>	<b>24,10</b>	<b>70,12</b>	<b>582,97</b>	<b>11,59</b>
<b>Полдник</b>							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,76	4,80	11,24	147,40	0,94
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	2,34	6,08	6,46	91,23	22,21
	ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,37	48,28	0,61
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,49	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
<b>Итого</b>		<b>390</b>	<b>20,94</b>	<b>13,15</b>	<b>48,72</b>	<b>399,29</b>	<b>24,36</b>
<b>Всего</b>			<b>53,60</b>	<b>52,30</b>	<b>171,45</b>	<b>1 374,85</b>	<b>39,19</b>