

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,82	8,87	26,78	219,24	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	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	14,47	18,62	56,88	455,18	1,56
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	180	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Итого	180	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Обед						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,99	12,98	16,68	212,18	11,63
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,38	6,24	34,25	214,72	0,00
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	80	11,06	17,55	5,52	224,35	1,38
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	701	29,03	37,40	100,44	855,24	13,01
Полдник						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,46	3,00	4,60	53,42	9,77
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	169	12,50	8,08	26,24	239,02	19,22
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
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого	553	17,89	11,76	70,87	478,03	39,97
Всего		65,74	71,53	234,49	1 869,45	54,99

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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,62	7,46	20,79	177,84	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,94	3,18	11,39	86,74	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	11,09	15,35	42,50	354,38	1,30
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Итого	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Обед						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,08	10,11	15,00	171,93	10,74
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	60	8,47	11,47	3,88	152,75	1,17
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,76	4,46	23,98	151,03	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	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
Итого	579	21,49	26,51	77,60	635,61	11,91
Полдник						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	1,12	2,31	3,12	39,40	7,40
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	120	9,84	9,90	20,05	208,49	9,52
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	8,06	33,38	0,60
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого	445	14,14	12,81	58,10	408,81	27,02
Всего		51,07	58,42	184,50	1 479,80	40,68

