

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

12 марта 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 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	2,30	0,89	15,74	80,24	0,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,66	4,72	0,00	57,77	0,00
<b>Итого</b>	<b>431</b>	<b>18,18</b>	<b>23,36</b>	<b>57,20</b>	<b>514,59</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	16,80	67,20	0,00
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>16,80</b>	<b>67,20</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,88	11,20	16,78	195,90	8,55
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	6,69	7,36	30,22	213,47	0,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,69	9,52	6,61	146,60	0,62
ПОДЛИВ	30	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
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>671</b>	<b>28,63</b>	<b>31,70</b>	<b>102,13</b>	<b>808,23</b>	<b>9,96</b>
<b>Полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,48	13,02	28,78	309,12	0,29
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
<b>Итого</b>	<b>375</b>	<b>20,36</b>	<b>19,15</b>	<b>49,12</b>	<b>454,20</b>	<b>1,33</b>
<b>Всего</b>		<b>67,17</b>	<b>74,21</b>	<b>225,25</b>	<b>1 844,22</b>	<b>12,85</b>

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		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	3,18	11,39	86,70	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,55	3,25	0,00	40,04	0,08
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>12,22</b>	<b>17,04</b>	<b>40,22</b>	<b>365,28</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>14,48</b>	<b>57,94</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,57	9,02	13,38	157,37	6,72
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	4,87	6,07	21,98	161,84	0,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	7,99	8,86	6,27	136,62	0,43
ПОДЛИВ	30	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
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>579</b>	<b>23,13</b>	<b>26,41</b>	<b>78,40</b>	<b>643,94</b>	<b>7,76</b>
<b>Полдник</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,48	13,02	28,78	309,12	0,29
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,36	5,70	9,49	94,79	0,04
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
<b>Итого</b>	<b>345</b>	<b>19,97</b>	<b>18,72</b>	<b>45,36</b>	<b>433,38</b>	<b>0,93</b>
<b>Всего</b>		<b>55,32</b>	<b>62,17</b>	<b>178,46</b>	<b>1 500,54</b>	<b>9,81</b>