

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

13 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,26	7,36	30,12	212,74	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
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>12,91</b>	<b>17,11</b>	<b>60,22</b>	<b>448,68</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,59</b>	<b>0,24</b>	<b>16,17</b>	<b>80,55</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	8,89	8,00	19,98	187,66	5,55
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРАМИ	200	11,98	17,91	23,59	305,49	31,62
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>660</b>	<b>26,47</b>	<b>26,54</b>	<b>87,56</b>	<b>697,14</b>	<b>37,17</b>
<b>Полдник</b>						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	9,04	5,27	9,43	121,26	0,26
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,91	16,55	132,60	7,46
ПОДЛИВ	30	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>454</b>	<b>16,28</b>	<b>13,45</b>	<b>59,20</b>	<b>424,53</b>	<b>9,31</b>
<b>Всего</b>		<b>56,25</b>	<b>57,34</b>	<b>223,15</b>	<b>1 650,90</b>	<b>120,04</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,17	4,89	20,73	144,40	0,52
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	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
<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>8,63</b>	<b>12,78</b>	<b>42,44</b>	<b>320,94</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0,49</b>	<b>0,20</b>	<b>13,81</b>	<b>68,41</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	5,93	6,49	13,79	137,32	4,67
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРАМИ	150	9,57	14,49	15,48	231,98	20,95
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>510</b>	<b>19,68</b>	<b>21,45</b>	<b>63,05</b>	<b>525,33</b>	<b>25,62</b>
<b>Полдник</b>						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ПАРОВАЯ	50	8,79	5,27	8,24	115,46	0,26
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,60	5,79	11,81	110,19	5,06
ПОДЛИВ	30	0,73	2,02	4,35	38,56	0,61
ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,10	29,51	0,60
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
<b>Итого</b>	<b>365</b>	<b>14,92</b>	<b>13,30</b>	<b>49,06</b>	<b>376,61</b>	<b>6,53</b>
<b>Всего</b>		<b>43,72</b>	<b>47,73</b>	<b>168,36</b>	<b>1 291,29</b>	<b>93,19</b>