

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

14 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		
Завтрак						
ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	170	10,28	13,84	5,01	186,44	0,52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	4,66	15,20	121,24	0,78
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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	385	16,90	23,50	35,67	423,68	1,30
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	200	11,09	5,00	14,23	146,52	5,33
ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	70	9,25	9,56	9,75	161,77	0,62
ПОДЛИВ	30	1,30	3,05	7,91	64,47	0,79
ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	180	4,49	4,53	32,17	187,53	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
Итого	740	31,73	22,77	108,05	764,28	6,74
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,38	6,24	34,25	214,72	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50	3,50
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого	410	8,70	11,56	61,50	385,23	3,52
Всего		57,83	57,93	215,32	1 616,19	13,56

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						
ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,72	13,22	4,10	174,80	0,42
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	0,52
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	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	305	14,16	21,03	26,28	352,37	0,94
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед						
СУП РЫБНЫЙ	150	3,87	1,96	9,39	70,89	3,65
ЩНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	60	10,34	10,71	9,41	175,06	0,50
ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,37	48,28	0,61
ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	4,36	4,52	31,19	182,94	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
Итого	600	23,79	19,71	90,14	633,20	4,76
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,76	4,46	23,98	151,03	0,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,49	3,50
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого	340	6,31	9,49	45,09	291,21	3,52
Всего		44,76	50,33	171,61	1 319,78	11,22