

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"
ГБОУ СОШ №6
_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ
21 мая 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							
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,54	8,56	26,32	213,42	0,73
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,08	4,44	14,18	114,12	0,73
	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
Итого		415	13,95	18,02	56,28	445,18	1,46
II Завтрак							
	КЕФИР	180	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
	ПРЯНИК	30	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
Итого		210	6,57	1,80	32,25	174,60	1,50
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	3,49	8,06	14,24	144,06	7,17
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	5,47	6,23	24,73	176,62	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,63	9,52	6,27	144,97	0,45
	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
Итого		701	24,30	30,39	95,77	754,09	9,42
Полдник							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,47	13,02	28,78	309,12	0,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,60	5,32	11,52	100,20	0,06
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого		505	22,09	19,32	68,36	541,12	10,37
Всего			66,91	69,53	252,66	1 914,99	22,75

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	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
Итого		325	9,67	13,79	40,22	325,24	1,04
II Завтрак							
	КЕФИР	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
	ПРЯНИК	20	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		170	6,27	1,56	28,50	156,30	1,50
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	1,97	1,34	24,12	0,67
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	2,82	6,43	11,79	116,68	5,84
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	3,66	4,96	16,49	125,02	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	7,99	8,87	6,27	136,66	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
Итого		599	19,40	24,69	72,66	590,59	7,55
Полдник							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,47	13,02	28,78	309,12	0,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,25	4,90	8,82	84,30	0,04
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого		460	21,70	18,88	64,17	518,76	9,85
Всего			57,04	58,92	205,55	1 590,89	19,94