

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

24 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,08	8,29	30,71	230,01	0,94
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,18	5,59	17,54	142,57	0,94
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>15,54</b>	<b>18,88</b>	<b>63,71</b>	<b>488,58</b>	<b>1,88</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,01	10,10	16,86	183,59	14,96
ПЛОВ С КУРАМИ	200	11,22	16,50	41,68	360,25	1,62
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,11	88,29	72,00
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>690</b>	<b>23,76</b>	<b>30,43</b>	<b>114,91</b>	<b>841,34</b>	<b>89,59</b>
<b>Полдник</b>						
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	4,44	8,19	20,16	174,16	29,41
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	10,16	8,02	71,82	399,88	0,25
<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>14,72</b>	<b>16,21</b>	<b>99,96</b>	<b>606,45</b>	<b>29,68</b>
<b>Всего</b>		<b>54,52</b>	<b>65,62</b>	<b>288,68</b>	<b>1 979,37</b>	<b>123,15</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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,23	6,45	22,50	173,38	0,78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,91	3,10	11,86	87,77	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>10,67</b>	<b>14,26</b>	<b>44,68</b>	<b>350,95</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	1,97	1,34	24,12	0,67
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,81	8,15	12,81	144,54	11,52
ПЛОВ С КУРАМИ	150	9,39	13,58	30,01	279,86	1,11
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
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>569</b>	<b>19,10</b>	<b>24,37</b>	<b>84,97</b>	<b>645,87</b>	<b>73,30</b>
<b>Полдник</b>						
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,36	6,33	16,05	136,11	20,94
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	7,94	32,16	0,02
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	8,78	5,80	60,43	328,84	0,19
<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>12,24</b>	<b>12,13</b>	<b>84,42</b>	<b>497,11</b>	<b>21,15</b>
<b>Всего</b>		<b>42,51</b>	<b>50,86</b>	<b>224,17</b>	<b>1 536,93</b>	<b>97,75</b>