

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

1 октября 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,82	8,87	26,78	219,24	0,78
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,36	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
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
<b>Итого</b>	<b>431</b>	<b>17,84</b>	<b>22,91</b>	<b>56,88</b>	<b>508,14</b>	<b>1,66</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>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,15	10,08	17,28	185,47	15,14
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,31	20,26	21,88	324,51	22,94
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>665</b>	<b>25,06</b>	<b>30,97</b>	<b>83,15</b>	<b>713,97</b>	<b>38,08</b>
<b>Полдник</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4,06	6,08	23,67	166,21	11,06
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,09	13,09	7,27	207,07	7,47
ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,55	48,36	0,79
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
ЯБЛОКО	250	0,67	0,67	16,42	78,73	16,75
<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>20,00</b>	<b>23,02</b>	<b>74,94</b>	<b>603,82</b>	<b>36,09</b>
<b>Всего</b>		<b>63,40</b>	<b>77,00</b>	<b>225,07</b>	<b>1 868,93</b>	<b>77,83</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

1 октября 2025 г.

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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,49	6,21	18,96	154,56	0,57
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	11,84	92,52	0,57
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	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>12,55</b>	<b>17,36</b>	<b>41,12</b>	<b>373,28</b>	<b>1,21</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>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,05	8,15	14,29	151,46	12,24
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,36	16,16	16,34	257,24	15,28
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>20,59</b>	<b>24,78</b>	<b>64,41</b>	<b>564,73</b>	<b>27,52</b>
<b>Полдник</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,33	5,94	17,73	138,21	8,06
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,73	9,32	3,76	152,65	6,83
ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,33	28,93	0,61
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
ЯБЛОКО	200	0,54	0,54	13,13	62,99	13,40
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>16,65</b>	<b>17,90</b>	<b>53,97</b>	<b>458,43</b>	<b>28,92</b>
<b>Всего</b>		<b>50,29</b>	<b>60,14</b>	<b>169,60</b>	<b>1 439,44</b>	<b>59,65</b>