

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

| | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|--------------------------------------|--------------|-------------------|---------------|-----------------|-------------------------------|---------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,96 | 7,05 | 28,88 | 206,73 | 0,73 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,09 | 4,44 | 14,18 | 114,12 | 0,73 |
| | 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 |
| Итого | | 415 | 13,33 | 16,49 | 58,52 | 436,85 | 1,46 |
| 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 | | | | | | | |
| | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 80 | 1,46 | 3,00 | 3,63 | 49,55 | 9,77 |
| | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ | 200 | 5,89 | 10,25 | 18,32 | 189,58 | 5,80 |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ | 70 | 9,24 | 10,52 | 9,75 | 170,44 | 0,62 |
| | СОУС ТОМАТНЫЙ | 50 | 0,77 | 2,02 | 4,55 | 39,64 | 0,79 |
| | ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ | 200 | 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 | | 860 | 27,45 | 30,95 | 112,41 | 840,73 | 16,98 |
| Полдник | | | | | | | |
| | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 0,77 | 3,05 | 3,37 | 43,91 | 2,26 |
| | ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ | 155 | 10,28 | 13,84 | 5,01 | 186,44 | 0,52 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 7,98 | 32,41 | 0,02 |
| | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | 445 | 13,42 | 17,76 | 31,78 | 341,36 | 2,80 |
| Всего | | 54,70 | 65,30 | 212,81 | 1 661,94 | 23,24 | |

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

| | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|--------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 4,82 | 4,89 | 20,22 | 144,28 | 0,52 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,94 | 3,18 | 11,39 | 86,75 | 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 | 9,29 | 12,78 | 41,93 | 320,83 | 1,04 |
| 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 | | | | | | | |
| | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 45 | 0,91 | 2,00 | 2,63 | 33,47 | 6,10 |
| | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ | 180 | 4,52 | 8,21 | 13,16 | 144,93 | 4,84 |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ | 60 | 8,00 | 8,87 | 6,27 | 136,76 | 0,43 |
| | СОУС ТОМАТНЫЙ | 50 | 0,52 | 1,99 | 3,01 | 32,17 | 0,61 |
| | ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 3,59 | 3,63 | 25,73 | 150,02 | 0,00 |
| | 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 |
| Итого | | 695 | 21,72 | 25,17 | 84,58 | 653,38 | 11,98 |
| Полдник | | | | | | | |
| | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 45 | 0,55 | 2,03 | 2,47 | 30,36 | 1,61 |
| | ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ | 130 | 9,72 | 13,22 | 4,10 | 174,80 | 0,42 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 6,99 | 28,34 | 0,02 |
| | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | 345 | 11,87 | 15,83 | 23,84 | 285,90 | 2,05 |
| Всего | | | 43,38 | 53,88 | 160,45 | 1 303,11 | 17,07 |