

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

3 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,54	28,62	212,39	0,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,74	115,41	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
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>13,62</b>	<b>16,89</b>	<b>58,82</b>	<b>443,80</b>	<b>1,46</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>18,34</b>	<b>73,38</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,00	11,21	18,46	203,44	8,90
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	7,21	10,01	1,20	123,64	0,78
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,93	2,20	4,31	41,15	0,55
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,68	5,76	30,20	198,96	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	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>785</b>	<b>27,42</b>	<b>29,81</b>	<b>98,16</b>	<b>771,18</b>	<b>10,23</b>
<b>Полдник</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	25,64	14,99	8,03	270,27	0,99
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>28,81</b>	<b>15,24</b>	<b>36,08</b>	<b>397,40</b>	<b>1,01</b>
<b>Всего</b>		<b>69,85</b>	<b>61,94</b>	<b>211,40</b>	<b>1 685,76</b>	<b>12,70</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

3 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,03	5,22	20,04	148,05	0,52
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>9,47</b>	<b>13,03</b>	<b>42,22</b>	<b>325,62</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>14,48</b>	<b>57,94</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	5,77	9,07	15,73	167,96	7,40
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	6,46	8,37	0,60	103,58	0,51
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,63	1,79	2,71	29,68	0,37
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,86	4,47	21,96	147,33	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
<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>21,90</b>	<b>24,17</b>	<b>74,78</b>	<b>604,58</b>	<b>8,28</b>
<b>Полдник</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	130	23,43	11,68	5,40	221,06	0,69
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,33	0,19	15,34	72,40	0,00
<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>25,86</b>	<b>11,87</b>	<b>27,72</b>	<b>321,75</b>	<b>0,71</b>
<b>Всего</b>		<b>57,23</b>	<b>49,07</b>	<b>159,20</b>	<b>1 309,89</b>	<b>10,03</b>