

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,54	28,62	212,39	0,73
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,74	115,42	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	13,62	16,89	58,82	443,81	1,46
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	16,80	67,20	0,00
Итого		200	0,00	0,00	16,80	67,20	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	6,72	11,14	16,55	194,05	7,94
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,48	11,29	1,20	140,26	0,84
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,93	2,20	4,31	41,15	0,55
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,08	5,59	27,45	184,17	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
Итого		785	27,81	30,85	93,50	763,62	9,33
Полдник							
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	25,64	14,99	8,03	270,27	0,99
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,40	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	3,56	17,02	0,78
Итого		440	29,35	15,29	39,81	416,42	2,75
Всего			70,78	63,03	208,93	1 691,05	13,54

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 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 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
Итого		325	9,47	13,03	42,22	325,62	1,04
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Итого		150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	5,52	9,00	13,92	159,05	6,48
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,73	9,66	0,60	120,21	0,56
	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
Итого		630	22,92	25,39	72,97	612,30	7,41
Полдник							
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	130	23,43	11,68	5,40	221,06	0,69
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	3,56	17,02	0,78
Итого		360	26,34	11,91	31,10	338,60	2,07
Всего			58,73	50,33	160,77	1 334,46	10,52