

Утверждаю

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

МЕНЮ  
17 сентября 2025 г.  
Сад 12 часов

|            | Наименование блюда                        | Выход    | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|------------|-------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|            |                                           |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак    |                                           |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>(ОВСЯНАЯ)   | 200      | 7,54              | 8,56    | 26,32            | 213,42                              | 0,73                  |
|            | КАКАО С МОЛОКОМ                           | 180      | 4,08              | 4,44    | 14,18            | 114,11                              | 0,73                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>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                  |
| Итого      |                                           | 431      | 17,28             | 22,29   | 55,96            | 496,49                              | 1,56                  |
| 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 РЕПЧАТОГО ЛУКА                   | 30       | 0,34              | 2,96    | 2,01             | 36,18                               | 1,01                  |
|            | БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ<br>И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 6,43              | 10,12   | 19,24            | 194,88                              | 16,09                 |
|            | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                           | 140/50   | 13,73             | 20,28   | 22,98            | 331,09                              | 27,26                 |
|            | 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      |                                           | 695      | 26,10             | 33,99   | 88,22            | 766,14                              | 44,36                 |
| Полдник    |                                           |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 200      | 3,71              | 6,02    | 20,82            | 152,77                              | 9,62                  |
|            | ПОДЛИВ                                    | 50       | 0,77              | 2,99    | 4,55             | 48,36                               | 0,79                  |
|            | ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ                           | 80       | 12,06             | 13,08   | 7,16             | 206,42                              | 7,44                  |
|            | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 200      | 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    | 16,41            | 78,72                               | 16,75                 |
| Итого      |                                           | 810      | 19,62             | 22,95   | 71,97            | 589,72                              | 34,62                 |
| Всего      |                                           |          | 63,50             | 79,33   | 226,25           | 1 895,35                            | 82,54                 |

Утверждаю

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

МЕНЮ  
17 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

|            | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|            |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак    |                                           |       |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>(ОВСЯНАЯ)   | 150   | 5,21              | 5,90    | 18,51            | 148,74                              | 0,52                  |
|            | КАКАО С МОЛОКОМ                           | 150   | 2,93              | 3,18    | 11,39            | 86,70                               | 0,52                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>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                  |
| Итого      |                                           | 336   | 11,99             | 16,74   | 40,22            | 361,64                              | 1,11                  |
| 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 РЕПЧАТОГО ЛУКА                   | 20    | 0,23              | 2,94    | 1,34             | 32,84                               | 0,67                  |
|            | БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ<br>И СМЕТАНОЙ | 180   | 5,32              | 8,19    | 16,16            | 160,33                              | 13,16                 |
|            | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                           | 120   | 11,37             | 16,17   | 16,34            | 257,28                              | 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                  |
| Итого      |                                           | 530   | 21,10             | 27,77   | 67,62            | 606,48                              | 29,11                 |
| Полдник    |                                           |       |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 150   | 3,33              | 5,94    | 17,73            | 138,21                              | 8,06                  |
|            | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ                          | 50    | 10,72             | 9,32    | 3,76             | 152,54                              | 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                      | 30    | 2,29              | 0,19    | 15,05            | 71,05                               | 0,00                  |
|            | ЯБЛОКО                                    | 200   | 0,54              | 0,54    | 13,13            | 62,97                               | 13,40                 |
| Итого      |                                           | 610   | 17,40             | 17,97   | 58,98            | 481,99                              | 28,92                 |
| Всего      |                                           |       | 50,99             | 62,58   | 176,92           | 1 493,11                            | 61,14                 |