

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

18 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,54	8,56	27,28	217,29	0,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,75	115,43	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	13,88	17,91	57,49	448,72	1,46
II Завтрак						
РЯЖЕНКА 2,5% жирности	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
Итого	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	0,05	2,01	10,02	1,01
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,35	10,10	15,69	181,64	15,36
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,54	15,75	22,48	274,91	10,19
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	705	22,83	26,53	84,17	670,56	26,56
Полдник						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,64	7,08	27,61	201,74	0,73
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	8,95	36,27	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого	420	8,26	7,66	46,84	290,41	0,75
Всего		50,19	56,60	196,06	1 506,89	29,31

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

18 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,21	5,90	18,51	148,74	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	9,65	13,71	40,69	326,31	1,04
II Завтрак						
РЯЖЕНКА 2,5% жирности	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Итого	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	0,03	1,34	6,68	0,67
ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,10	8,20	13,93	151,42	11,19
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	9,27	13,92	18,45	236,98	8,27
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого	575	18,78	22,62	67,50	551,11	20,13
Полдник						
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,60	4,91	19,37	140,95	0,52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	6,99	28,36	0,02
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого	320	6,21	5,49	36,64	221,71	0,54
Всего		38,99	45,57	151,13	1 180,13	22,16