

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

27 июня 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ                     | 200        | 7,28              | 7,14         | 27,90         | 205,77                        | 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           |
| <b>Итого</b>      |   | <b>415</b> | <b>13,65</b>      | <b>16,58</b> | <b>57,54</b>  | <b>435,89</b>                 | <b>1,46</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |   |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | СОК ФРУКТОВЫЙ                               | 100        | 0,50              | 0,10         | 10,10         | 43,00                         | 2,00           |
| <b>Итого</b>      |   | <b>100</b> | <b>0,50</b>       | <b>0,10</b>  | <b>10,10</b>  | <b>43,00</b>                  | <b>2,00</b>    |
| <b>Обед</b>       |   |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ                            | 200        | 5,83              | 10,24        | 17,82         | 187,17                        | 5,55           |
|                   | ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МЯСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 120        | 12,18             | 19,60        | 28,58         | 339,60                        | 12,77          |
|                   | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                    | 50         | 0,76              | 1,64         | 2,99          | 34,90                         | 0,53           |
|                   | 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           |
| <b>Итого</b>      |   | <b>630</b> | <b>24,37</b>      | <b>32,11</b> | <b>93,38</b>  | <b>765,66</b>                 | <b>18,85</b>   |
| <b>Полдник</b>    |   |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                    | 170        | 23,16             | 12,74        | 7,90          | 239,63                        | 0,99           |
|                   | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180        | 0,12              | 0,00         | 7,98          | 32,41                         | 0,02           |
|                   | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                        | 40         | 3,05              | 0,25         | 20,07         | 94,73                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |   | <b>390</b> | <b>26,33</b>      | <b>12,99</b> | <b>35,95</b>  | <b>366,77</b>                 | <b>1,01</b>    |
| <b>Всего</b>      |   |            | <b>64,85</b>      | <b>61,78</b> | <b>196,97</b> | <b>1 611,32</b>               | <b>23,32</b>   |

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

27 июня 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ                     | 150        | 5,03              | 4,95         | 19,56         | 143,64                        | 0,52           |
|                   | КАКАО С МОЛОКОМ                             | 150        | 2,93              | 3,18         | 11,39         | 86,70                         | 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>9,49</b>       | <b>12,84</b> | <b>41,27</b>  | <b>320,14</b>                 | <b>1,04</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |   |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | СОК ФРУКТОВЫЙ                               | 100        | 0,50              | 0,10         | 10,10         | 43,00                         | 2,00           |
| <b>Итого</b>      |   | <b>100</b> | <b>0,50</b>       | <b>0,10</b>  | <b>10,10</b>  | <b>43,00</b>                  | <b>2,00</b>    |
| <b>Обед</b>       |   |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ                            | 180        | 4,48              | 8,21         | 12,82         | 143,34                        | 4,68           |
|                   | ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МЯСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 100        | 11,23             | 17,11        | 26,05         | 303,25                        | 10,11          |
|                   | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                    | 50         | 0,64              | 1,35         | 2,69          | 29,62                         | 0,32           |
|                   | 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>540</b> | <b>20,53</b>      | <b>27,14</b> | <b>75,34</b>  | <b>632,24</b>                 | <b>15,11</b>   |
| <b>Полдник</b>    |   |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                    | 140        | 20,95             | 9,43         | 5,27          | 190,42                        | 0,69           |
|                   | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                        | 30         | 2,29              | 0,19         | 15,05         | 71,05                         | 0,00           |
|                   | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 150        | 0,10              | 0,00         | 6,98          | 28,29                         | 0,02           |
| <b>Итого</b>      |   | <b>320</b> | <b>23,34</b>      | <b>9,62</b>  | <b>27,30</b>  | <b>289,76</b>                 | <b>0,71</b>    |
| <b>Всего</b>      |   |            | <b>53,86</b>      | <b>49,70</b> | <b>154,01</b> | <b>1 285,14</b>               | <b>18,86</b>   |