

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**28 ноября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,14	27,90	205,77	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	13,62	16,49	58,11	437,20	1,46
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Итого		200	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	6,74	11,16	16,56	194,25	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	6,67	4,95	30,19	191,70	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	28,42	30,23	96,25	771,35	9,33
Полдник							
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	25,64	14,99	8,03	270,27	0,99
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,16	0,00	8,12	33,99	0,79
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого		390	28,85	15,24	36,22	398,99	1,78
Всего			70,89	61,96	208,92	1 680,92	12,57

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**28 ноября 2025 г.**  
**Если 12 часов**

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,03	4,95	19,56	143,64	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	12,76	41,74	321,21	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	5,53	9,01	13,92	159,18	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	3,68	21,95	140,08	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	22,93	24,61	72,96	605,18	7,41
Полдник							
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	130	20,95	9,43	5,27	190,42	0,69
	ЧАЙ С САХАРОМ , ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	35	2,33	0,19	15,36	72,47	0,00
Итого		315	23,41	9,62	27,72	292,36	1,29
Всего			55,81	46,99	156,90	1 276,69	9,74