

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**29 декабря 2025 г.**

**Сад 12 часов**

|                   | Наименование блюда                   | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|--------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |                                      |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                 | 200        | 6,96              | 7,05         | 28,88         | 206,73                        | 0,73          |
|                   | КАКАО С МОЛОКОМ                      | 180        | 4,08              | 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>13,32</b>      | <b>16,49</b> | <b>58,52</b>  | <b>436,85</b>                 | <b>1,46</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 100        | 0,50              | 0,10         | 10,10         | 43,00                         | 2,00          |
|                   | КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ                   | 15         | 0,61              | 5,81         | 12,31         | 104,18                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |                                      | <b>115</b> | <b>1,11</b>       | <b>5,91</b>  | <b>22,41</b>  | <b>147,18</b>                 | <b>2,00</b>   |
| <b>Обед</b>       |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ            | 80         | 1,11              | 2,98         | 3,05          | 45,09                         | 7,37          |
|                   | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ                     | 200        | 5,89              | 10,25        | 18,32         | 189,58                        | 5,80          |
|                   | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ                    | 70         | 9,24              | 10,52        | 9,75          | 170,45                        | 0,62          |
|                   | ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ                 | 200        | 3,59              | 3,63         | 25,73         | 150,02                        | 0,00          |
|                   | СОУС ТОМАТНЫЙ                        | 50         | 0,77              | 2,02         | 4,55          | 39,64                         | 0,79          |
|                   | 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>860</b> | <b>26,20</b>      | <b>30,03</b> | <b>105,39</b> | <b>798,77</b>                 | <b>14,58</b>  |
| <b>Полдник</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ          | 155        | 10,28             | 13,84        | 5,01          | 186,44                        | 0,52          |
|                   | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 78,60                         | 0,00          |
|                   | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180        | 0,12              | 0,00         | 7,98          | 32,40                         | 0,02          |
| <b>Итого</b>      |                                      | <b>365</b> | <b>12,65</b>      | <b>14,71</b> | <b>28,41</b>  | <b>297,44</b>                 | <b>0,54</b>   |
| <b>Всего</b>      |                                      |            | <b>53,28</b>      | <b>67,14</b> | <b>214,73</b> | <b>1 680,24</b>               | <b>18,58</b>  |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**29 декабря 2025 г.**

**Ясли 12 часов**

|                   | Наименование блюда                   | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|--------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |                                      |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                 | 150        | 4,82              | 4,89         | 20,22         | 144,28                        | 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>9,28</b>       | <b>12,78</b> | <b>41,93</b>  | <b>320,78</b>                 | <b>1,04</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 100        | 0,50              | 0,10         | 10,10         | 43,00                         | 2,00          |
|                   | КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ                   | 15         | 0,61              | 5,81         | 12,31         | 104,18                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |                                      | <b>115</b> | <b>1,11</b>       | <b>5,91</b>  | <b>22,41</b>  | <b>147,18</b>                 | <b>2,00</b>   |
| <b>Обед</b>       |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ            | 45         | 0,91              | 2,00         | 2,63          | 33,47                         | 6,10          |
|                   | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ                     | 180        | 4,52              | 8,21         | 13,16         | 144,93                        | 4,84          |
|                   | ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ                 | 150        | 3,13              | 1,97         | 22,50         | 120,39                        | 0,00          |
|                   | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ                    | 60         | 8,00              | 8,87         | 6,27          | 136,75                        | 0,43          |
|                   | СОУС ТОМАТНЫЙ                        | 50         | 0,52              | 1,99         | 3,01          | 32,17                         | 0,61          |
|                   | 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>695</b> | <b>21,26</b>      | <b>23,51</b> | <b>81,35</b>  | <b>623,74</b>                 | <b>11,98</b>  |
| <b>Полдник</b>    |                                      |            |                   |              |               |                               |               |
|                   | ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ          | 130        | 8,87              | 11,48        | 2,72          | 150,08                        | 0,26          |
|                   | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
|                   | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 150        | 0,10              | 0,00         | 6,98          | 28,29                         | 0,02          |
| <b>Итого</b>      |                                      | <b>300</b> | <b>10,47</b>      | <b>12,06</b> | <b>19,98</b>  | <b>230,77</b>                 | <b>0,28</b>   |
| <b>Всего</b>      |                                      |            | <b>42,12</b>      | <b>54,26</b> | <b>165,67</b> | <b>1 322,47</b>               | <b>15,30</b>  |