

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

30 июля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,82	8,87	26,78	219,24	0,78
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,75	14,64	119,97	0,78
	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>14,47</b>	<b>18,62</b>	<b>56,88</b>	<b>455,21</b>	<b>1,56</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>							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,54	11,13	14,24	183,85	7,29
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	4,88	6,88	21,99	169,10	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,69	9,52	6,61	146,59	0,62
	ПОДЛИВ	30	0,77	2,99	4,53	48,27	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>671</b>	<b>26,48</b>	<b>31,15</b>	<b>91,36</b>	<b>751,80</b>	<b>8,70</b>
<b>Полдник</b>							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	26,13	16,85	30,06	380,91	0,38
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,99	32,42	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>		<b>395</b>	<b>29,46</b>	<b>23,55</b>	<b>60,52</b>	<b>576,42</b>	<b>0,46</b>
<b>Всего</b>			<b>70,91</b>	<b>73,42</b>	<b>218,86</b>	<b>1 826,43</b>	<b>12,72</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

30 июля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,49	6,21	18,96	154,56	0,57
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,21	3,49	11,84	92,52	0,57
	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>10,23</b>	<b>14,41</b>	<b>41,12</b>	<b>336,88</b>	<b>1,14</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>							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,35	8,99	11,79	149,81	5,94
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	3,06	4,81	13,75	110,22	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	7,99	8,86	6,27	136,61	0,43
	ПОДЛИВ	30	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	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
<b>Итого</b>		<b>579</b>	<b>21,10</b>	<b>25,12</b>	<b>68,58</b>	<b>584,75</b>	<b>6,98</b>
<b>Полдник</b>							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	24,39	15,97	29,77	364,49	0,36
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,36	4,91	9,48	87,54	0,04
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>		<b>365</b>	<b>27,35</b>	<b>21,46</b>	<b>56,51</b>	<b>532,72</b>	<b>0,42</b>
<b>Всего</b>			<b>59,18</b>	<b>61,09</b>	<b>176,31</b>	<b>1 497,35</b>	<b>10,54</b>