

Утверждаю

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

6 апреля 2026 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                    | 200        | 6,96              | 7,05         | 28,88         | 206,73                        | 0,73           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ              | 180        | 4,06              | 4,35         | 14,74         | 115,42                        | 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>13,30</b>      | <b>16,40</b> | <b>59,08</b>  | <b>438,15</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>                             |            |                   |              |               |                               |                |
| САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА                 | 30         | 0,34              | 0,05         | 2,01          | 10,02                         | 1,01           |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 200        | 5,64              | 10,04        | 14,20         | 170,70                        | 13,59          |
| ПЛОВ С КУРАМИ                           | 200        | 11,18             | 16,50        | 41,50         | 359,26                        | 1,44           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА             | 180        | 0,59              | 0,24         | 16,17         | 80,55                         | 72,00          |
| 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>690</b> | <b>23,35</b>      | <b>27,46</b> | <b>110,13</b> | <b>793,56</b>                 | <b>88,04</b>   |
| <b>Полдник</b>                          |            |                   |              |               |                               |                |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                            | 200        | 4,40              | 8,37         | 19,97         | 174,64                        | 29,23          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                           | 180        | 0,12              | 0,00         | 7,98          | 32,41                         | 0,02           |
| РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ                      | 100        | 9,11              | 7,89         | 65,04         | 367,51                        | 0,25           |
| <b>Итого</b>                            | <b>480</b> | <b>13,63</b>      | <b>16,26</b> | <b>92,99</b>  | <b>574,56</b>                 | <b>29,50</b>   |
| <b>Всего</b>                            |            | <b>50,78</b>      | <b>60,22</b> | <b>272,30</b> | <b>1 849,27</b>               | <b>121,00</b>  |

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

6 апреля 2026 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                    | 150        | 4,82              | 4,89         | 20,22         | 144,28                        | 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           |
| <b>Итого</b>                            | <b>325</b> | <b>9,26</b>       | <b>12,70</b> | <b>42,40</b>  | <b>321,85</b>                 | <b>1,04</b>    |
| <b>II Завтрак</b>                       |            |                   |              |               |                               |                |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                            | 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>                             |            |                   |              |               |                               |                |
| САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА                 | 20         | 0,23              | 0,03         | 1,34          | 6,68                          | 0,67           |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 180/9      | 4,70              | 8,13         | 12,22         | 141,59                        | 11,28          |
| ПЛОВ С КУРАМИ                           | 150        | 9,23              | 13,74        | 29,22         | 277,39                        | 0,69           |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА             | 150        | 0,49              | 0,20         | 13,81         | 68,41                         | 60,00          |
| 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>569</b> | <b>18,83</b>      | <b>22,57</b> | <b>83,59</b>  | <b>623,01</b>                 | <b>72,64</b>   |
| <b>Полдник</b>                          |            |                   |              |               |                               |                |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                            | 180        | 3,20              | 6,48         | 15,26         | 133,64                        | 20,53          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                           | 150        | 0,10              | 0,00         | 6,99          | 28,34                         | 0,02           |
| РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ                      | 80         | 7,74              | 5,68         | 53,65         | 296,47                        | 0,19           |
| <b>Итого</b>                            | <b>410</b> | <b>11,04</b>      | <b>12,16</b> | <b>75,90</b>  | <b>458,45</b>                 | <b>20,74</b>   |
| <b>Всего</b>                            |            | <b>39,63</b>      | <b>47,53</b> | <b>211,99</b> | <b>1 446,31</b>               | <b>96,42</b>   |