

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

8 июля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200        | 7,54              | 8,56         | 26,32         | 213,42                        | 0,73           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                         | 180        | 4,09              | 4,44         | 14,18         | 114,14                        | 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>13,91</b>      | <b>18,00</b> | <b>55,96</b>  | <b>443,56</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        | 6,72              | 10,43        | 23,69         | 215,99                        | 6,75           |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ             | 150        | 5,37              | 4,64         | 34,23         | 200,21                        | 0,00           |
| БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР                | 80         | 9,49              | 15,91        | 5,91          | 204,96                        | 1,43           |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                   | 180        | 0,00              | 0,00         | 7,74          | 30,96                         | 0,00           |
| ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                          | 50         | 3,31              | 0,44         | 21,20         | 101,98                        | 0,00           |
| ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                    | 30         | 2,29              | 0,19         | 15,05         | 71,05                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>                            | <b>690</b> | <b>27,18</b>      | <b>31,61</b> | <b>107,82</b> | <b>825,15</b>                 | <b>8,18</b>    |
| <b>Полдник</b>                          |            |                   |              |               |                               |                |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 120        | 3,53              | 4,38         | 19,37         | 131,54                        | 8,90           |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ                        | 50         | 5,60              | 12,20        | 0,20          | 133,00                        | 0,00           |
| ПОДЛИВ                                  | 30         | 1,30              | 3,05         | 7,91          | 64,47                         | 0,79           |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ                  | 180        | 0,17              | 0,01         | 8,15          | 34,40                         | 0,98           |
| ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                    | 44         | 3,36              | 0,27         | 22,08         | 104,20                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>                            | <b>424</b> | <b>13,96</b>      | <b>19,91</b> | <b>57,71</b>  | <b>467,61</b>                 | <b>10,67</b>   |
| <b>Всего</b>                            |            | <b>55,55</b>      | <b>69,62</b> | <b>231,59</b> | <b>1 779,32</b>               | <b>22,31</b>   |

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

8 июля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150        | 5,21              | 5,90         | 18,51         | 148,74                        | 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>9,67</b>       | <b>13,79</b> | <b>40,22</b>  | <b>325,24</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        | 5,38              | 8,40         | 18,69         | 172,16                        | 5,88           |
| БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСО КУР                | 60         | 8,42              | 11,47        | 3,69          | 151,76                        | 0,99           |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ             | 120        | 3,75              | 2,86         | 23,96         | 136,52                        | 0,00           |
| 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>570</b> | <b>21,73</b>      | <b>23,20</b> | <b>80,12</b>  | <b>616,47</b>                 | <b>6,87</b>    |
| <b>Полдник</b>                          |            |                   |              |               |                               |                |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 100        | 3,19              | 5,91         | 16,55         | 132,60                        | 7,46           |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ                        | 50         | 5,60              | 12,20        | 0,20          | 133,00                        | 0,00           |
| ПОДЛИВ                                  | 30         | 0,99              | 2,05         | 6,18          | 47,29                         | 0,43           |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ                  | 150        | 0,13              | 0,00         | 7,09          | 29,47                         | 0,60           |
| ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                    | 35         | 2,67              | 0,22         | 17,56         | 82,89                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>                            | <b>365</b> | <b>12,58</b>      | <b>20,38</b> | <b>47,58</b>  | <b>425,25</b>                 | <b>8,49</b>    |
| <b>Всего</b>                            |            | <b>44,48</b>      | <b>57,47</b> | <b>178,02</b> | <b>1 409,96</b>               | <b>18,40</b>   |