



C=RU, O="СПДС ""  
Иволга"" ГБОУ СОШ № 6  
г.о. Жигулевск",  
CN=Гриднева Л.А.,  
E=cu\_doo6zhg@63edu.ru  
00a630fa1f29f5cd2c  
2026-10-07 14:43:29

Утверждаю

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

## МЕНЮ

8 октября 2026 г.

### Сад 12 часов

|            | Наименование блюда                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|------------|-----------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|            |                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак    |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ                         | 200      | 6,84              | 7,14    | 28,14            | 205,03                              | 0,73                  |
|            | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 180      | 4,09              | 4,44    | 14,18            | 114,13                              | 0,73                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>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                  |
|            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                | 11       | 2,32              | 2,95    | 0,00             | 36,40                               | 0,07                  |
| Итого      |                                               | 426      | 15,53             | 19,53   | 57,78            | 471,56                              | 1,53                  |
| II Завтрак |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                   | 180      | 0,59              | 0,24    | 16,17            | 80,55                               | 72,00                 |
|            | ПРЯНИК                                        | 35       | 2,07              | 1,65    | 26,25            | 128,10                              | 0,00                  |
| Итого      |                                               | 215      | 2,66              | 1,89    | 42,42            | 208,65                              | 72,00                 |
| Обед       |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА                       | 30       | 0,34              | 0,05    | 2,01             | 10,02                               | 1,01                  |
|            | ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С<br>КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 6,64              | 10,98   | 18,24            | 200,81                              | 16,72                 |
|            | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С<br>ОВОЩАМИ           | 200      | 11,43             | 15,70   | 29,71            | 306,68                              | 13,33                 |
|            | 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                  |
| Итого      |                                               | 705      | 24,01             | 27,36   | 93,95            | 721,50                              | 31,06                 |
| Полдник    |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                     | 200      | 6,64              | 7,87    | 28,58            | 212,86                              | 0,73                  |
|            | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200      | 0,12              | 0,00    | 7,98             | 32,41                               | 0,02                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>МУКИ В/С       | 30       | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                               | 0,00                  |
|            | ЯБЛОКО                                        | 250      | 0,70              | 0,70    | 17,25            | 82,72                               | 17,60                 |
| Итого      |                                               | 680      | 9,71              | 9,44    | 69,23            | 406,59                              | 18,35                 |
| Всего      |                                               |          | 51,91             | 58,22   | 263,38           | 1 808,30                            | 122,94                |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**8 октября 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

|            | Наименование блюда                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|------------|-----------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|            |                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак    |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ                         | 150      | 4,74              | 4,95    | 19,08            | 140,56                              | 0,52                  |
|            | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 150      | 2,93              | 3,18    | 11,39            | 86,70                               | 0,52                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>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                  |
|            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                | 11       | 2,32              | 2,95    | 0,00             | 36,40                               | 0,07                  |
| Итого      |                                               | 336      | 11,52             | 15,79   | 40,79            | 353,46                              | 1,11                  |
| II Завтрак |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                   | 150      | 0,49              | 0,20    | 13,81            | 68,41                               | 60,00                 |
|            | ПРЯНИК                                        | 30       | 1,77              | 1,41    | 22,50            | 109,80                              | 0,00                  |
| Итого      |                                               | 180      | 2,26              | 1,61    | 36,31            | 178,21                              | 60,00                 |
| Обед       |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА                       | 20       | 0,23              | 0,03    | 1,34             | 6,68                                | 0,67                  |
|            | ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С<br>КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 180/10/5 | 5,23              | 8,23    | 15,31            | 157,73                              | 11,94                 |
|            | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С<br>ОВОЩАМИ           | 150      | 9,19              | 13,45   | 18,62            | 232,87                              | 8,40                  |
|            | 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                  |
| Итого      |                                               | 575      | 18,83             | 22,18   | 69,05            | 553,31                              | 21,01                 |
| Полдник    |                                               |          |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                     | 150      | 4,60              | 4,91    | 19,37            | 140,95                              | 0,52                  |
|            | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 150      | 0,10              | 0,00    | 6,98             | 28,29                               | 0,02                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>МУКИ В/С       | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                               | 0,00                  |
|            | ЯБЛОКО                                        | 200      | 0,67              | 0,67    | 16,39            | 78,58                               | 16,72                 |
| Итого      |                                               | 520      | 6,87              | 6,16    | 53,02            | 300,22                              | 17,26                 |
| Всего      |                                               |          | 39,48             | 45,74   | 199,17           | 1 385,20                            | 99,38                 |