

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

10 июня 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	114,16	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>443,58</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>						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,54	10,40	18,01	188,48	12,08
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>701</b>	<b>26,00</b>	<b>31,58</b>	<b>102,14</b>	<b>797,64</b>	<b>13,51</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,46	3,00	4,60	53,42	9,77
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,19	3,81	20,36	128,86	9,76
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	80	11,13	4,14	19,96	161,58	0,61
ПОДЛИВ	30	1,26	3,05	7,73	63,48	0,61
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,99	32,43	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>20,21</b>	<b>14,25</b>	<b>80,71</b>	<b>534,50</b>	<b>20,77</b>
<b>Всего</b>		<b>60,62</b>	<b>63,93</b>	<b>248,91</b>	<b>1 818,72</b>	<b>37,74</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 июня 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>						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/9	4,99	8,17	14,63	152,51	10,38
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР	60	8,43	13,07	3,71	166,27	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>579</b>	<b>21,35</b>	<b>24,57</b>	<b>76,08</b>	<b>611,33</b>	<b>11,37</b>
<b>Полдник</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	1,12	2,01	3,12	36,69	7,40
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,62	5,29	15,64	120,96	7,36
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	60	9,27	3,01	15,40	125,71	0,43
ПОДЛИВ	30	0,68	2,02	4,16	37,57	0,43
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>16,08</b>	<b>12,52</b>	<b>60,35</b>	<b>420,27</b>	<b>15,64</b>
<b>Всего</b>		<b>47,60</b>	<b>50,98</b>	<b>186,75</b>	<b>1 399,84</b>	<b>30,05</b>