

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 марта 2026 г.
Сад 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак							
	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
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,23	0,00
Итого		415	13,96	18,02	56,28	445,19	1,46
II Завтрак							
	КЕФИР	180	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
Итого		180	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,79	11,19	16,14	193,02	8,25
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	5,47	6,23	24,73	176,62	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,70	10,50	6,61	155,39	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
Итого		701	27,67	34,50	98,01	813,47	10,67
Полдник							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,46	13,01	28,78	308,90	0,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,40	0,98
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,23	0,00
	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого		505	23,04	20,43	74,66	581,22	11,33
Всего			69,17	73,10	234,95	1 886,38	24,96

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

11 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак							
	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,94	3,18	11,39	86,76	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
Итого		325	9,68	13,79	40,22	325,30	1,04
II Завтрак							
	КЕФИР	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
Итого		150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	1,97	1,34	24,12	0,67
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,47	9,03	12,74	154,48	6,42
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	3,66	5,75	16,50	132,27	0,00
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	7,99	8,87	6,27	136,65	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
Итого		599	22,05	28,08	73,62	635,63	8,13
Полдник							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	20,90	14,24	29,19	331,89	0,32
	СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,25	4,90	8,82	84,30	0,04
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,14	0,00	7,10	29,53	0,60
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого		460	24,17	20,10	64,70	542,77	10,46
Всего			60,40	62,12	184,54	1 550,20	21,13