

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**13 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,54	28,62	212,39	0,73
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,75	115,43	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,38	4,29	0,00	52,96	0,10
<b>Итого</b>		<b>431</b>	<b>17,00</b>	<b>21,18</b>	<b>58,83</b>	<b>496,78</b>	<b>1,56</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	ПРЯНИК	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
<b>Итого</b>		<b>220</b>	<b>2,95</b>	<b>2,12</b>	<b>46,17</b>	<b>226,95</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,79	9,06	15,21	166,43	12,75
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	7,13	12,23	0,70	141,22	0,62
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,82	3,77	30,81	176,56	0,00
	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
<b>Итого</b>		<b>690</b>	<b>23,34</b>	<b>25,69</b>	<b>90,71</b>	<b>688,20</b>	<b>13,37</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	5,53	7,17	15,47	149,44	0,73
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
<b>Итого</b>		<b>530</b>	<b>8,25</b>	<b>8,39</b>	<b>47,49</b>	<b>301,81</b>	<b>9,55</b>
<b>Всего</b>			<b>51,54</b>	<b>57,38</b>	<b>243,20</b>	<b>1 713,74</b>	<b>96,48</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**13 января 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,03	5,22	20,04	148,05	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,32	2,95	0,00	36,40	0,07
<b>Итого</b>		<b>336</b>	<b>11,79</b>	<b>15,98</b>	<b>42,22</b>	<b>362,02</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	ПРЯНИК	35	2,01	1,60	25,46	124,26	0,00
<b>Итого</b>		<b>185</b>	<b>2,50</b>	<b>1,80</b>	<b>39,27</b>	<b>192,67</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>							
	БОРЩ КРАСНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	180	4,74	8,11	12,52	142,62	10,10
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	6,42	9,97	0,35	116,73	0,43
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,22	2,79	20,54	120,13	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>18,56</b>	<b>21,34</b>	<b>67,19</b>	<b>535,51</b>	<b>10,53</b>
<b>Полдник</b>							
	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	4,03	5,02	12,00	110,03	0,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	6,99	28,35	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
<b>Итого</b>		<b>450</b>	<b>5,99</b>	<b>5,95</b>	<b>37,89</b>	<b>232,14</b>	<b>9,34</b>
<b>Всего</b>		<b>38,84</b>	<b>45,07</b>	<b>186,57</b>	<b>1 322,34</b>	<b>80,98</b>	