

Утверждаю

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

МЕНЮ  
16 января 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,54	8,56	27,28	217,29	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
Итого		415	13,88	17,91	57,49	448,72	1,46
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого		100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	8,88	8,15	19,79	188,30	5,42
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,55	10,21	7,68	156,81	1,34
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,43	8,18	19,87	166,93	8,00
	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
Итого		670	26,46	27,17	91,33	716,03	14,76
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	15,92	5,81	9,77	155,14	0,52
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,32	7,11	9,42	116,93	31,27
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого		560	23,23	16,17	51,94	449,45	33,56
Всего			64,07	61,35	210,86	1 657,20	51,78

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**16 января 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,21	5,90	18,51	148,74	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
Итого		325	9,65	13,71	40,69	326,31	1,04
II Завтрак							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого		100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,00	6,55	15,79	150,27	4,51
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,72	6,79	16,01	135,98	6,26
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,57	10,30	4,80	142,18	0,90
	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		560	21,47	24,11	70,38	584,46	11,67
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	15,61	4,83	8,24	138,93	0,35
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,31	28,84	0,61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,03	6,12	8,28	102,10	29,41
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого		385	21,48	13,12	40,97	370,39	30,97
Всего			53,10	51,04	162,14	1 324,16	45,68