

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,14	27,90	205,77	0,73
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,09	4,44	14,18	114,12	0,73
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,25	0,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого	415	13,70	16,60	57,86	437,54	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 КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	6,07	10,29	19,72	196,15	6,51
ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	200	3,59	3,63	25,73	150,02	0,00
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	8,89	10,00	7,91	156,94	0,28
ПОДЛИВ	30	0,73	2,99	4,35	47,28	0,61
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	770	24,88	27,54	101,70	754,38	7,40
Полдник						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	170	25,69	15,00	8,36	271,94	1,15
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого	390	28,91	15,26	36,58	401,06	2,13
Всего		67,99	59,50	206,24	1 635,98	12,99

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,03	4,95	19,56	143,64	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
Итого	325	9,49	12,84	41,27	320,14	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 КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	4,59	8,23	13,77	147,82	5,16
ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	3,13	1,97	22,50	120,39	0,00
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	7,84	8,53	5,73	130,98	0,26
ПОДЛИВ	30	0,68	2,02	4,16	37,57	0,43
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого	630	20,42	21,22	79,94	592,79	5,85
Полдник						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	140	21,01	9,44	5,61	192,09	0,86
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	320	23,43	9,63	27,75	292,61	1,46
Всего		53,84	43,79	159,06	1 248,54	10,35