

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____/Гриднева Л.А./

МЕНЮ
21 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	26,32	213,42	0,73
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,09	4,44	14,18	114,13	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
Итого		431	17,29	22,29	55,96	496,51	1,56
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							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	2,96	2,01	36,18	1,01
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,32	10,11	18,44	191,07	15,70
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,61	18,70	22,56	314,48	25,81
	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		695	25,87	32,40	87,00	745,72	42,52
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,71	6,02	20,82	152,77	9,62
	ПОДЛИВ	50	0,77	2,99	4,53	48,27	0,79
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,04	11,30	7,13	190,24	7,44
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,42	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого		520	18,93	20,50	55,51	494,75	17,87
Всего			62,59	75,29	208,57	1 779,98	63,95

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 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
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,94	3,18	11,39	86,78	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
Итого		336	12,00	16,74	40,22	361,72	1,11
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							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	2,94	1,34	32,84	0,67
	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	5,24	8,18	15,57	157,55	12,88
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,38	14,58	16,30	242,91	15,28
	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		530	21,03	26,17	66,99	589,33	28,83
Полдник							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,33	5,94	17,73	138,21	8,06
	ПОДЛИВ	30	0,42	1,98	2,31	28,84	0,61
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,51	9,48	3,74	158,11	7,44
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	6,99	28,37	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого		400	16,90	17,52	40,81	400,89	16,13
Всего			50,43	60,53	158,12	1 394,94	48,07