

Утверждаю

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

МЕНЮ  
22 июля 2026 г.

Сад 12 часов

|            | Наименование блюда                         | Выход  | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|------------|--------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|            |                                            |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак    |                                            |        |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ<br>"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 200    | 8,10              | 9,18    | 27,23            | 225,06                              | 0,83                  |
|            | КАКАО С МОЛОКОМ                            | 180    | 2,66              | 2,97    | 18,42            | 111,52                              | 0,14                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>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    | 13,04             | 17,15   | 61,11            | 452,58                              | 0,97                  |
| 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       |                                            |        |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                           | 200/11 | 5,83              | 10,87   | 16,48            | 187,79                              | 11,47                 |
|            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 120    | 5,37              | 4,64    | 34,23            | 200,21                              | 0,00                  |
|            | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР                   | 80     | 9,39              | 15,90   | 5,32             | 202,02                              | 1,20                  |
|            | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                      | 180    | 0,00              | 0,00    | 7,74             | 30,96                               | 0,00                  |
|            | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                             | 50     | 3,31              | 0,44    | 21,20            | 101,98                              | 0,00                  |
|            | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                       | 30     | 2,29              | 0,19    | 15,05            | 71,05                               | 0,00                  |
| Итого      |                                            | 671    | 26,19             | 32,04   | 100,02           | 794,01                              | 12,67                 |
| Полдник    |                                            |        |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ        | 50     | 0,90              | 4,23    | 3,66             | 56,53                               | 3,33                  |
|            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                          | 120    | 2,84              | 3,74    | 17,52            | 115,41                              | 8,32                  |
|            | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180    | 0,12              | 0,00    | 7,98             | 32,40                               | 0,02                  |
|            | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                       | 30     | 2,29              | 0,19    | 15,05            | 71,05                               | 0,00                  |
| Итого      |                                            | 380    | 6,15              | 8,16    | 44,21            | 275,39                              | 11,67                 |
| Всего      |                                            |        | 45,88             | 57,45   | 215,44           | 1 564,98                            | 27,31                 |

Утверждаю

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

МЕНЮ  
22 июля 2026 г.

Ясли 12 часов

|            | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|-----------------------|
|            |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                       |
| Завтрак    |                                            |       |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ<br>"ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150   | 5,78              | 6,52    | 19,42            | 160,38                              | 0,62                  |
|            | КАКАО С МОЛОКОМ                            | 150   | 2,25              | 2,53    | 15,64            | 94,64                               | 0,28                  |
|            | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ<br>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   | 9,56              | 13,76   | 45,38            | 344,82                              | 0,90                  |
| 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       |                                            |       |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                           | 180/9 | 4,88              | 8,15    | 14,04            | 149,56                              | 10,14                 |
|            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 100   | 3,75              | 2,86    | 23,96            | 136,52                              | 0,00                  |
|            | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА КУР                   | 60    | 8,31              | 11,45   | 3,10             | 148,81                              | 0,75                  |
|            | 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      |                                            | 559   | 21,12             | 22,93   | 74,88            | 590,92                              | 10,89                 |
| Полдник    |                                            |       |                   |         |                  |                                     |                       |
|            | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ        | 50    | 0,90              | 4,23    | 3,66             | 56,53                               | 3,33                  |
|            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                          | 100   | 2,38              | 5,24    | 13,74            | 112,00                              | 6,40                  |
|            | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 150   | 0,10              | 0,00    | 6,98             | 28,29                               | 0,02                  |
|            | ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С                       | 20    | 1,53              | 0,12    | 10,04            | 47,36                               | 0,00                  |
| Итого      |                                            | 320   | 4,91              | 9,59    | 34,42            | 244,18                              | 9,75                  |
| Всего      |                                            |       | 36,09             | 46,38   | 164,78           | 1 222,92                            | 23,54                 |