

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**23 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,54	28,62	212,39	0,73
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,74	115,42	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	13,62	16,89	58,82	443,81	1,46
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	16,80	67,20	0,00
Итого		200	0,00	0,00	16,80	67,20	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,01	11,22	18,69	204,48	9,03
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	90	8,48	11,29	1,17	140,09	0,83
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,93	2,20	4,31	41,15	0,55
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	165	6,67	4,95	30,19	191,70	0,00
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	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		785	28,69	30,29	98,35	781,41	10,41
Полдник							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,48	0,04	3,48	16,61	0,75
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	25,64	14,99	8,03	270,27	0,99
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,40	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого		440	29,34	15,29	39,73	416,01	2,72
Всего			71,65	62,47	213,70	1 708,43	14,59

Утверждаю

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

МЕНЮ  
23 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 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
Итого		325	9,47	13,03	42,22	325,62	1,04
II Завтрак							
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТОВ	150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Итого		150	0,00	0,00	14,48	57,94	0,00
Обед							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	5,82	9,09	16,16	170,03	7,64
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70	7,73	9,66	0,58	120,12	0,56
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,63	1,79	2,71	29,68	0,37
	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120	4,86	3,68	21,95	140,08	0,00
	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	23,22	24,69	75,18	615,94	8,57
Полдник							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	50	0,38	0,03	2,98	14,06	0,60
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	130	23,43	11,68	5,40	221,06	0,69
	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,14	0,00	7,10	29,55	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого		360	26,24	11,90	30,53	335,72	1,89
Всего			58,93	49,62	162,41	1 335,22	11,50