

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

23 марта 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,96	7,05	28,88	206,73	0,73
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,74	115,41	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	13,30	16,40	59,08	438,14	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						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	0,05	2,01	10,02	1,01
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,64	10,04	14,20	170,70	13,59
ПЛОВ С КУРАМИ	200	10,85	16,47	37,95	343,27	1,44
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
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	690	23,02	27,43	106,58	777,57	88,04
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	4,40	8,37	19,97	174,64	29,23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,40	0,02
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	9,11	7,91	65,04	367,69	0,25
Итого	480	13,63	16,28	92,99	574,73	29,50
Всего		50,45	60,21	268,75	1 833,44	121,00

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

_____ /Гриднева Л.А./

МЕНЮ

23 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,82	4,89	20,22	144,28	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	9,26	12,70	42,40	321,85	1,04
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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	0,03	1,34	6,68	0,67
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,70	8,13	12,22	141,59	11,28
ПЛОВ С КУРАМИ	150	9,34	13,76	29,81	280,34	0,93
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
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	569	18,94	22,59	84,18	625,96	72,88
Полдник						
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,16	6,48	15,18	133,01	20,43
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	6,99	28,36	0,02
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	7,74	5,70	53,65	296,65	0,19
Итого	410	11,01	12,18	75,82	458,02	20,64
Всего		39,71	47,57	212,50	1 448,83	96,56