

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 июля 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,40	7,76	28,09	212,80	0,83
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,58	2,80	19,34	113,14	0,14
	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	15,64	19,85	62,89	494,90	1,07
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							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,71	12,07	17,76	210,72	8,31
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНО ТОМАТНЫМ СОУСОМ	150/50	12,28	16,62	22,66	291,05	27,07
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	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		660	26,18	29,56	92,84	755,35	107,38
Полдник							
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,58	1,98	1,23	25,01	0,78
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	170	25,74	15,03	8,49	272,99	1,22
	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		420	28,73	17,20	32,75	401,45	2,02
Всего			71,05	66,71	198,58	1 694,70	112,47

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 июля 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,31	5,57	19,99	152,20	0,62
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,12	2,31	15,87	92,85	0,11
	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	11,28	15,54	46,18	371,25	0,80
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							
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,66	9,04	15,25	165,34	7,09
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНО ТОМАТНЫМ СОУСОМ	140/20	10,53	13,43	17,99	236,32	22,37
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
	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	20,86	23,14	74,05	599,01	89,46
Полдник							
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,58	1,98	1,23	25,01	0,78
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	140	21,03	8,65	5,75	185,69	0,92
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,34	0,02
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого		350	23,24	10,75	24,01	286,40	1,72
Всего			55,88	49,53	154,34	1 299,66	93,98