

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,54	8,56	26,32	213,42	0,73
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,08	4,44	14,18	114,12	0,73
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,23	0,00
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,66	4,72	0,00	57,77	0,00
Итого	431	17,61	22,74	56,28	502,94	1,46
II Завтрак						
КЕФИР	180	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого	210	6,27	1,56	28,50	156,30	1,50
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	0,05	2,01	10,02	1,01
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/11	6,65	11,15	15,19	188,34	7,77
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	100	5,47	5,44	24,72	169,37	0,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,69	9,52	6,61	146,58	0,62
ПОДЛИВ	30	0,73	2,99	4,35	47,28	0,61
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	701	27,48	29,78	96,87	765,58	10,01
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,49	13,02	28,78	309,25	0,29
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,71	6,12	12,19	110,69	0,06
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,17	0,01	8,15	34,38	0,98
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,30	0,89	15,74	80,23	0,00
Итого	405	22,67	20,04	64,86	534,55	1,33
Всего		74,03	74,12	246,51	1 959,37	14,30

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,21	5,90	18,51	148,74	0,52
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,93	3,18	11,39	86,70	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	9,67	13,79	40,22	325,24	1,04
II Завтрак						
КЕФИР	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
ПРЯНИК	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого	170	5,68	1,09	21,00	119,70	1,50
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	0,03	1,34	6,68	0,67
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/9	5,46	9,01	12,74	154,28	6,42
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	90	3,66	4,96	16,49	125,02	0,00
КОТЛета МЯСНАЯ	60	7,99	8,86	6,27	136,63	0,43
ПОДЛИВ	30	0,47	1,99	2,80	31,09	0,43
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
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	599	21,99	25,32	73,42	609,73	7,95
Полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125/20	18,49	13,02	28,78	309,25	0,29
СОУС МОЛОЧНЫЙ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	50	1,36	5,70	9,49	94,79	0,04
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого	365	21,48	19,30	55,64	485,91	0,93
Всего		58,82	59,50	190,28	1 540,58	11,42