

Утверждаю

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

## МЕНЮ

**26 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,96	7,05	28,88	206,73	0,73
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,09	4,44	14,18	114,13	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
<b>Итого</b>		<b>415</b>	<b>13,33</b>	<b>16,49</b>	<b>58,52</b>	<b>436,86</b>	<b>1,46</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,30	2,99	3,48	47,99	8,64
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	6,06	10,29	19,63	195,77	6,47
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	70	9,25	12,92	9,77	192,04	0,62
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	200	3,59	3,63	25,73	150,02	0,00
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,77	2,02	4,53	39,55	0,79
	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
<b>Итого</b>		<b>860</b>	<b>26,57</b>	<b>32,48</b>	<b>107,13</b>	<b>829,36</b>	<b>16,52</b>
<b>Полдник</b>							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,96	3,07	4,47	49,20	2,78
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	155	10,28	13,84	5,01	186,44	0,52
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,94	32,17	0,02
<b>Итого</b>		<b>425</b>	<b>13,59</b>	<b>17,78</b>	<b>32,84</b>	<b>346,41</b>	<b>3,32</b>
<b>Всего</b>			<b>53,99</b>	<b>66,85</b>	<b>208,59</b>	<b>1 655,63</b>	<b>23,30</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**26 января 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,82	4,89	20,22	144,28	0,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,94	3,18	11,39	86,77	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
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>9,29</b>	<b>12,78</b>	<b>41,93</b>	<b>320,85</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,93	2,00	2,76	34,14	6,17
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	180	4,69	8,25	14,56	151,56	5,56
	ПЕРЛОВКА РАССЫПЧАТАЯ	150	3,13	1,97	22,50	120,39	0,00
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	60	8,00	10,46	6,29	151,07	0,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,73	2,02	4,35	38,56	0,61
	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
	<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>21,66</b>	<b>25,17</b>	<b>84,24</b>	<b>651,75</b>	<b>12,77</b>
<b>Полдник</b>							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	45	0,69	2,04	3,30	34,33	2,00
	ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ	130	9,72	13,22	4,10	174,80	0,42
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	6,99	28,36	0,02
	<b>Итого</b>	<b>345</b>	<b>12,02</b>	<b>15,84</b>	<b>24,67</b>	<b>289,89</b>	<b>2,44</b>
	<b>Всего</b>		<b>43,47</b>	<b>53,89</b>	<b>160,94</b>	<b>1 305,49</b>	<b>18,25</b>