

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,28	7,14	27,90	205,77	0,73
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,09	4,44	14,18	114,12	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	13,65	16,58	57,54	435,89	1,46
II Завтрак							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	16,17	80,55	72,00
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого		220	2,95	2,12	46,17	226,95	72,00
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	0,05	2,01	10,02	1,01
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,31	10,10	15,46	180,57	15,41
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,94	15,67	26,40	291,17	12,58
	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		705	23,19	26,45	87,86	685,75	29,00
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	15,93	5,83	9,77	155,37	0,52
	ПОДЛИВ	50	0,52	1,99	2,99	32,08	0,61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	3,19	8,71	9,07	129,27	29,83
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	8,15	34,39	0,98
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого		560	22,86	16,79	50,05	445,84	31,94
Всего			62,65	61,94	241,62	1 794,43	134,40

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,03	4,95	19,56	143,64	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	9,49	12,84	41,27	320,14	1,04
II Завтрак							
	КЕФИР	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
	ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого		180	6,27	1,56	28,50	156,30	1,50
Обед							
	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	0,03	1,34	6,68	0,67
	ЩИ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,94	8,16	12,71	145,56	10,72
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	9,66	13,83	22,32	253,06	10,43
	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		575	19,01	22,49	70,15	561,33	21,82
Полдник							
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	15,62	4,85	8,24	139,18	0,35
	ПОДЛИВ	30	1,04	2,05	6,37	48,28	0,61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	3,03	6,12	8,28	102,10	29,41
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	7,09	29,47	0,60
	ХЛЕБ ДЕРЕВЕНСКИЙ В/С	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого		385	22,11	13,21	45,03	390,08	30,97
Всего			56,88	50,10	184,95	1 427,85	55,33