

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

/Гриднева Л.А./

**МЕНЮ**

29 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>13,30</b>	<b>16,40</b>	<b>59,08</b>	<b>438,14</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 РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,34	0,05	2,01	10,02	1,01
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,86	10,08	15,74	178,12	14,30
ПЛОВ С КУРАМИ	200	12,87	18,15	41,86	382,27	1,61
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
<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>25,26</b>	<b>29,15</b>	<b>112,03</b>	<b>823,99</b>	<b>88,92</b>
<b>Полдник</b>						
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	4,75	8,44	22,81	188,08	30,67
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,42	0,02
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	100	9,11	7,90	65,04	367,58	0,25
<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>13,98</b>	<b>16,34</b>	<b>95,83</b>	<b>588,08</b>	<b>30,94</b>
<b>Всего</b>		<b>53,04</b>	<b>61,99</b>	<b>277,04</b>	<b>1 893,21</b>	<b>123,32</b>

Утверждаю

руководитель СПДС "Иволга"

ГБОУ СОШ №6

\_\_\_\_\_ /Гриднева Л.А./

## МЕНЮ

29 июня 2026 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>9,26</b>	<b>12,70</b>	<b>42,40</b>	<b>321,85</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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 РЕПЧАТОГО ЛУКА	20	0,23	0,03	1,34	6,68	0,67
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/9	4,76	8,15	12,62	143,55	11,34
ПЛОВ С КУРАМИ	150	9,34	13,58	29,82	278,87	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
<b>Итого</b>	<b>569</b>	<b>19,00</b>	<b>22,43</b>	<b>84,59</b>	<b>626,45</b>	<b>72,94</b>
<b>Полдник</b>						
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,26	6,49	15,77	135,95	20,66
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,99	28,34	0,02
РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	7,74	5,69	53,65	296,53	0,19
<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>11,10</b>	<b>12,18</b>	<b>76,41</b>	<b>460,82</b>	<b>20,87</b>
<b>Всего</b>		<b>39,86</b>	<b>47,41</b>	<b>213,50</b>	<b>1 452,12</b>	<b>96,85</b>