

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	200	7,54	8,56	27,28	217,29	0,73
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,06	4,35	14,74	115,42	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	13,88	17,91	57,48	448,71	1,46
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							
	СУП С РЫБНЫЙ	200	7,36	5,18	16,05	140,46	6,34
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	60	8,39	10,03	7,45	153,60	1,31
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,67	7,18	15,38	136,82	5,90
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	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		690	24,02	23,02	82,87	634,87	13,55
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,64	7,08	28,57	205,61	0,73
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого		410	9,01	7,95	51,97	316,62	0,75
Всего			47,41	48,98	202,42	1 443,20	17,76

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ОВСЯНАЯ)	150	5,21	5,90	18,51	148,74	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
Итого		325	9,65	13,71	40,69	326,31	1,04
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							
	СУП С РЫБНЫЙ	180	5,29	4,04	13,03	109,89	5,50
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,64	5,75	9,61	96,71	3,26
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	50	7,40	10,12	4,57	138,97	0,87
	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		560	18,51	20,38	60,99	501,60	9,63
Полдник							
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,60	4,91	19,37	140,95	0,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого		320	6,20	5,49	36,63	221,64	0,54
Всего			34,86	39,68	148,41	1 092,55	13,21

