

Утверждаю:
 Директор ГБОУ СОШ №1
 _____ Н.Н.Федорова

Согласовано
 Старший воспитатель
 _____ Е.В.Галкина
 Председатель родительской общности
 _____ А.А.Аксенова

Меню на 10.06.2026г.
 СПДС «Волна» ГБОУ СОШ №1

Наименование блюда и продукта	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша молочная, манная	150/200	4,95/6,58	6,75/9,0	24/26/12	149,07/198,76
Батон молочный с маслом и сыром	20/8/40/10	4,38/6,47	7,7/11,38	9,24/13,66	125,6/185,7
Какао с молоком	150/180	3,7/4,45	5,16/6,2	69,06/82,88	99,36/119,24
Второй завтрак					
Кисломолочный продукт	100/100	0,40/0,40	0,30/0,30	12,25/12,25	42,0/42,0
Обед					
Огурец консервированный	40/60	0,53/0,95	2,72/2,99	1,75/4,6	34,67/37,62
Суп на рыбном бульоне, с пшеном	150/200	1,62/1,8	2,142/2,38	8,90/9,88	112,48/124,98
Рыбная котлета в сметанном соусе картофельным пюре	120/60/ 150/60	11,1/10,73/11,1/ 13,41	5,39/10,42/6,74/10, 42	27,57/2,28/34, 46/4,28	200,76/217,95/ 250/95/217,95
Хлеб пшеничный	30/35	2,3/2,8	0,9/1	14,9/18	78/81
Хлеб ржаной	20/30	1,3/1,8	0,2/0,5	6,8/7,2	36,2/40
Компот из сухофруктов	150/180	0,23/0,31	0,1/0,1	18,28/ 24,37	72,57/96,76
Усиленный полдник					
Винегрет салат	120/5/5 /150/5/ 5	13,98/13,98	9,71/9,71	22,42/ 22,42	295,99,295,99
Яйцо отварное	1/2/1/2	5,8/5,8	4,6/4,6	18,69/ 18,69	63/63
Батон молочный	20/40	4,38/6,47	7,7/11,38	9,24/1 3,66	125,6/185,7
Чай сладкий	180/200	0,04/0.04	0/0	9,10/1 2,13	35/47
Итого на день:	1528/1900	54,82/69,94	50,44/62,44	205,11 /273,5 6	1522,3/2000,41