

Утверждаю

заведующий

ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13  
 Государственное бюджетное  
 общеобразовательное учреждение  
 средняя общеобразовательная  
 школа № 358  
 городского округа город Бурга

## МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 4 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

| Прием пищи, наименование<br>блюда                       | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                 | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Витамины |       |       |       |        |        |
|---------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------------|------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|
|                                                         |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углевод<br>ы, г |                                          | В1, мг   | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг |
| Завтрак                                                 |                 |                  |         |                 |                                          |          |       |       |       |        |        |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                       | 20              | 1,86             | 1,89    | 7,55            | 43,23                                    | 0,02     | 0,04  | 0,02  | 0,02  | 0,00   | 0,02   |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 130             | 2,80             | 5,70    | 19,79           | 134,90                                   | 0,09     | 0,44  | 0,03  | 1,47  | 0,08   | 0,13   |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                         | 150             | 1,95             | 2,56    | 11,29           | 70,59                                    | 0,03     | 0,48  | 0,01  | 0,00  | 0,00   | 0,10   |
| МАНДАРИН                                                | 95              | 0,76             | 0,19    | 7,13            | 36,10                                    | 0,06     | 36,10 | 0,01  | 0,19  | 0,00   | 0,03   |
| Итого за прием пищи:                                    |                 | 7,37             | 10,34   | 45,76           | 284,82                                   | 0,20     | 37,06 | 0,07  | 1,68  | 0,08   | 0,28   |
| II Завтрак                                              |                 |                  |         |                 |                                          |          |       |       |       |        |        |
| ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ<br>ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ             | 180             | 0,00             | 0,00    | 0,00            | 0,00                                     | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| Итого за прием пищи:                                    |                 | 0,00             | 0,00    | 0,00            | 0,00                                     | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| Обед                                                    |                 |                  |         |                 |                                          |          |       |       |       |        |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ            | 30              | 0,48             | 1,52    | 3,08            | 28,66                                    | 0,00     | 8,19  | 0,01  | 0,66  | 0,00   | 0,00   |
| БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ,<br>КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ     | 150/20/10       | 7,25             | 6,86    | 6,60            | 117,27                                   | 0,03     | 0,87  | 0,10  | 0,44  | 0,44   | 0,09   |
| ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ<br>ЗАПЕЧЕННЫЙ                            | 50              | 7,65             | 5,81    | 5,49            | 104,56                                   | 0,02     | 0,00  | 0,00  | 1,58  | 0,00   | 0,01   |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                         | 110             | 2,17             | 3,72    | 14,34           | 100,14                                   | 0,09     | 6,69  | 0,48  | 0,30  | 0,06   | 0,07   |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                        | 150             | 0,85             | 0,05    | 6,78            | 27,09                                    | 0,02     | 0,27  | 0,10  | 0,00  | 0,00   | 0,03   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 25              | 1,26             | 0,22    | 10,60           | 50,99                                    | 0,05     | 0,00  | 0,00  | 0,55  | 0,00   | 0,02   |
| Итого за прием пищи:                                    |                 | 19,66            | 18,18   | 46,89           | 428,71                                   | 0,21     | 16,02 | 0,69  | 3,53  | 0,50   | 0,22   |
| Полдник                                                 |                 |                  |         |                 |                                          |          |       |       |       |        |        |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                    | 129             | 12,93            | 13,31   | 21,41           | 273,24                                   | 0,06     | 0,25  | 0,08  | 1,78  | 0,14   | 0,28   |
| СОУС ЯБЛОЧНЫЙ                                           | 30              | 0,03             | 0,03    | 5,09            | 20,92                                    | 0,00     | 0,28  | 0,00  | 0,04  | 0,00   | 0,00   |
| СОК ФРУКТОВЫЙ<br>ПЕРСИКОВЫЙ                             | 150             | 0,00             | 0,00    | 0,00            | 0,00                                     | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 20              | 1,30             | 0,58    | 10,29           | 52,40                                    | 0,02     | 0,00  | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,01   |
| Итого за прием пищи:                                    |                 | 14,26            | 13,92   | 36,79           | 346,56                                   | 0,08     | 0,53  | 0,08  | 1,82  | 0,14   | 0,29   |
| Всего за день:                                          |                 | 41,29            | 42,44   | 129,44          | 1 060,09                                 | 0,49     | 53,61 | 0,84  | 7,03  | 0,72   | 0,79   |