

меню на 14.01.2026г



Утверждено Заведующим
дошкольным отделением "Родничок" МАОУ" СОШ № 6"
Е.В.Ширяевой

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 18					
Завтрак:	Каша пшённая с молоком	с 1-3 года		с 3-7 года	
	Какао с молоком	160	178,00	180	200,25
	Бутерброд с маслом сливочным	150	89,00	200	118,66
	итого завтрак	43	146,20	53	187,00
Завтрак 2:	Отвар кураги	353	413,2	433	505,91
	итого завтрак 2	100	47,40	100	47,40
Обед:	Кукуруза	100	47,4	100	47,4
	Борщ со сметаной	25	17,74	35	34,76
	Котлета куриная	150	61,50	200	82,00
	Макаронные изделия отварные	60	159,00	70	185,50
	Компот из сухофруктов	110	123,53	130	145,99
	Хлеб ржаной	150	84,75	180	101,70
	итого обед	40	84,80	50	106,00
Полдник:	Напиток из клюквы	535	531,32	665	655,95
	итого полдник	200	45,14	250	53,34
Ужин:	Картофель тушёный со сметаной	200	45,14	250	53,34
	Сыр	180	237,00	220	289,67
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	36,00	15	54,00
	Чай	60	141,00	80	188,00
	итого ужин	150	33,33	180	40,00
Итого за день:		400	447,33	495	571,67
		1588	1484,39	1943	1834,27