

меню на 16.01.2026г



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 20		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак:	Каша манная с молоком	160	161,00	180	181,13
	Какао с молоком	150	89,00	200	118,66
	Бутерброд с маслом сливочным	43	146,20	53	187,00
	итого за завтрак	353	396,20	435	486,79
Завтрак 2:	Отвар изюма	100	44,00	150	66,00
	итого за завтрак 2	100	44,00	150	66,00
	Огурец порционный	25	18,55	35	25,97
	Суп сырный	150	61,95	200	82,60
	Биточек куриный	60	159,00	70	185,50
	Пюре картофельное	110	100,65	130	118,95
	Компот сухофруктов	150	84,75	180	113,00
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	535	509,70	665	632,02
Полдник:	Напиток из смородины	200	41,30	250	49,23
	итого за полдник	200	41,30	250	49,23
Ужин:	Макаронные изделия отварные	110	123,53	130	145,99
	Соус томатный	30	22,35	50	37,25
	Кондитерское изделие	40	163,20	40	163,20
	Хлеб пшеничный витаминиз.	60	141,00	80	188,00
	Чай сладкий	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	390	483,41	480	574,44
Итого за день:		1578	1474,61	1980	1808,48