

меню на 21.01.2026г



Утверждено Заведующим
дошкольного отделения "Родничок" МАОУ
СОШ № 6"
Е.В.Ширяевой

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 3		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак:	Каша манная с молоком	160	161,00	180	181,13
	Кофейный напиток с молоком	150	70,00	200	93,33
	Бутерброд с маслом сливочным	43	146,20	55	187,00
	итого за завтрак	353	377,20	435	461,46
Завтрак 2:	Отвар кураги	100	47,40	100	47,40
	итого за завтрак 2	100	47,40	100	47,40
Обед:	Салат из морской капусты	35	42,70	50	61,00
	Суп "Кудрявый"	150	93,45	200	124,60
	Жаркое по "Домашнему"	160	180,68	200	240,90
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	535	486,38	680	634,20
Полдник:	Напиток из брусники	200	45,14	250	53,34
	итого за полдник	100	45,14	250	53,34
Ужин:	Уха из рыбных консервов	150	100,35	180	120,42
	Кондитерское изделие	40	168,00	40	168,00
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	200	40,00
	итого ужин	400	442,68	500	516,42
Итого за день		1488	1398,80	1965	1712,82