

меню на 13.01.2026г



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 17		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак:	Каша ячневая с молоком	160	154,00	180	173,25
	Кофейный напиток с молоком	150	70,00	200	93,33
	Бутерброд с молоком сгущенным	50	161,00	60	190,27
	итого за завтрак	360	385,00	440	456,85
Завтрак 2:	Отвар шиповника	100	40,67	100	40,67
	итого за завтрак 2	100	40,67	100	40,67
Обед:	Огурец порционный	25	4,36	35	7,27
	Суп "Сельский" с пшеном и сметаной	150	58,65	200	78,20
	Рулет картофельный	130	191,75	160	221,25
	Соус молочный	30	49,74	50	82,90
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	525	474,05	675	597,32
Полдник:	Нектар/сок	200	110,66	250	138,33
	итого за полдник	200	110,66	250	138,33
Ужин:	Запеканка творожно-рисовая	170	336,00	180	403,20
	Соус фруктовый	30	27,93	50	46,52
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	141,00	80	188,00
	Чай сладкий	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	410	538,26	490	677,72
Итого за день:		1595	1548,64	1955	1910,89