

меню на 10.02.2026г



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

Прием пищи	Наименование блюда	с 1-3 года		с 3-7 года	
		Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 17					
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
	<b>итого за завтрак</b>	<b>360</b>	<b>385,00</b>	<b>440</b>	<b>456,85</b>
Завтрак 2:	Отвар шиповника	100	40,67	100	40,67
	<b>итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>40,67</b>	<b>100</b>	<b>40,67</b>
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
	<b>итого обед</b>	<b>525</b>	<b>474,05</b>	<b>675</b>	<b>597,32</b>
Полдник:	Нектар/сок	200	110,66	250	138,33
	<b>итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>110,66</b>	<b>250</b>	<b>138,33</b>
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
	<b>итого ужин</b>	<b>410</b>	<b>538,26</b>	<b>490</b>	<b>677,72</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1595</b>	<b>1548,64</b>	<b>1955</b>	<b>1910,89</b>