

меню на 12.02.2026г

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



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда*	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 19		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак:	Каша пшеничная с молоком	160	173,00	180	194,63
	Кофейный напиток с молоком	150	70,00	200	93,33
	Батерброд с повидлом	50	141,82	65	184,36
	итого за завтрак	360	384,82	442	472,32
Завтрак 2:	Отвар лимона	100	34,00	100	34,00
	итого за завтрак 2	100	34,00	100	34,00
	Зелёный горошек	35	17,40	50	41,80
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	150	72,45	200	96,60
	Котлета рыбная	60	81,00	70	94,50
	Соус молочный	30	49,74	50	82,90
	Рис припущенный	110	153,23	130	181,09
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	575	543,37	730	704,59
Полдник:	Нектар/сок	200	110,66	250	138,33
	итого за полдник	200	110,66	250	138,33
Ужин:	Суп пюре овощной	150	140,76	180	172,04
	Гренки	20	73,64	30	92,05
	Сыр	10	36,00	15	54,00
	Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	390	424,73	485	546,09
Итого за день:		1625	1497,58	2007	1895,33