

меню на 05.03.2026г



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
		с 1-3 года		с 3-7 года	
День 14		160	178,00	180	200,25
Завтрак:	Каша пшённая с молоком	150	89,00	200	118,67
	Какао с молоком	50	141,82	65	184,36
	Батерброд с молоком сгущённым	350	408,82	445	503,28
	итого за завтрак	100	40,67	100	61,00
Завтрак 2:	Отвар лимона	100	40,67	100	40,67
	итого за завтрак 2	35	30,59	50	43,07
Обед:	Салат из свежей капусты	150	62,85	200	83,80
	Суп лапша с овощами	70	121,33	80	138,67
	Рулет куриный с яйцом	110	100,65	130	118,95
	Пюре картофельное	150	84,75	180	101,70
	Компот из сухофруктов	40	84,80	50	106,00
	Хлеб ржаной	555,00	484,97	690,00	592,19
	итого обед	100	55,33	100	110,66
	Полдник	Нектар/сок	100	55,33	100
	итого за полдник	160	336,00	180	403,20
Ужин	Запеканка творожно-рисовая	30	27,93	50	46,52
	Соус фруктовый	60	141,00	80	188,00
	Хлеб пшеничный витаминизированный	150	33,33	180	40,00
	Чай	430	538,26	490,00	677,72
	итого ужин	1535	1528,05	1825,00	1924,52
Итого за день:					