меню на 06.03.2026г

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

Прием пищи	Наименование бдюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 15		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 изюма	100	40,67	150	61,00
	итого за завтрак 2	**100**	**40,67**	**100**	**61,00**
Обед:	Салат морская капуста	35	42,70	50	61,00
	Свекольник со сметаной	150	65,85	200	87,80
	Плов	160	290,00	200	328,70
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	**535**	**568,10**	**680**	**685,20**
Полдник:	Напиток из смородины	200	41,30	250	49,23
	итого за полдник	**100**	**41,30**	**100**	**49,23**
Ужин:	Овощи тушёные со сметаной	160	302,40	180	369,60
	Кондитерское изделие	40	134,40	40	134,40
	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	**410**	**611,13**	**480**	**732,00**
Итого за день:		**1498**	**1638,40**	**1795**	**1988,89**