

меню на 20.03.2026г



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак	Каша пшённая с молоком	160	178,00	180	200,25
	Кофейный напиток с молоком	150	70,00	200	93,33
	Бутерброд с маслом сливочным	43	146,20	53	187,00
	итого за завтрак	353	394,20	433	480,58
Завтрак 2	Отвар изюма	100	40,67	100	40,67
	итого за завтрак 2	100	40,67	100	40,67
Обед	Салат из свежей капусты	35	30,59	50	43,07
	Суп с зелёным горошком и сметаной	150	80,85	200	107,80
	Суфле	160	477,33	200	596,66
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	535	758,32	680	955,23
Полдник	Напиток из смородины	200	47,04	250	55,82
	итого за полдник	100	47,04	250	55,82
Ужин	Суп пюре картофельный	150	120,96	180	147,87
	Гренки	20	73,64	25	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	404,93	480	521,92
Итого за день:		1478	1645,16	1943	2054,22