меню на 26.03.2026г

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

Прием пищи	Наименование бдюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 9		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак:	Каша рисовая с молоком	160	173,00	180	194,63
	Кофейный напиток с молоком	150	70,00	200	93,33
	Батерброд с повидлом	47	116,22	58	148,36
итого за завтрак		**357**	**359,22**	**438**	**436,32**
Завтрак 2:	Отвар лимона	100	34,00	100	34,00
итого за завтрак 2		**100**	**34,00**	**100**	**34,00**
Обед:	Яйцо	35	42,53	35	42,53
	Борщ со сметаной	150	61,50	200	82,00
	Гуляш	130	141,75	150	189,90
	Греча отварная	30	178,75	50	211,25
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб чусовской	40	84,80	50	106,00
итого обед		**535**	**594,08**	**665**	**733,38**
Полдник:	Нектар/Сок	100	55,33	100	55,33
итого за полдник		**100**	**55,33**	**100**	**55,33**
Ужин:	Картофель тушёный со сметаной	180	237,00	220	289,67
	Кондитерское изделие	40	163,20	40	163,20
	Хлеб пшеничный	60	141,00	70	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
итого ужин		**430**	**574,53**	**510**	**680,87**
Итого за день:		**1522**	**1617,16**	**1813**	**1939,9**