

меню на 27.03.2026г



Утверждено Заведующим

дошкольного отделения "Родничок" МАОУ

СОШ № 6"

Е.В.Ширяева

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 10		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак :	Каша ячневая с молоком	160	154,00	180	173,25
	Какао напиток с молоком	150	89,00	200	118,67
	Бутерброд с маслом сливочным	43	146,20	55	187,00
	итого за завтрак	353	389,20	435	478,92
Завтрак 2 :	Отвар изюма	100	40,67	100	40,67
	итого за завтрак 2	100	40,67	100	40,67
Обед:	Огурец порционный	25	20,93	35	29,90
	Суп с фасолью и сметаной	150	79,95	200	106,60
	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 сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	565	554,40	715	702,69
Полдник:	Напиток из смородины	200	41,30	250	49,23
	итого за полдник	200	41,30	250	49,23
Ужин:	Макаронные изделия отварные	110	123,53	130	145,99
	Соус томатный	30	22,35	50	37,25
	Сыр	10	123,56	15	169,90
	Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	360	443,77	455	581,14
Итого за день:		1578	1469,34	1955	1852,65