

меню на 21.04.2026г



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 7		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
	Батон с молоком сгущенным	50	141,82	60	184,36
	<b>итого за завтрак</b>	<b>360</b>	<b>372,82</b>	<b>440</b>	<b>458,82</b>
Завтрак 2	Отвар шиповника	100	40,67	100	40,67
	<b>итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>40,67</b>	<b>100</b>	<b>40,67</b>
Обед	Яйцо	30	42,53	50	85,06
	Борщ со сметаной	150	61,50	200	82,00
	Гуляш	90	141,75	120	189,00
	Греча отварная	110	178,75	130	211,25
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	<b>итого обед</b>	<b>570</b>	<b>594,08</b>	<b>730</b>	<b>775,01</b>
Полдник	Нектар/сок	100	55,33	100	55,33
	<b>итого за полдник</b>	<b>100</b>	<b>55,33</b>	<b>100</b>	<b>55,33</b>
Ужин	Запеканка творожно-рисовая	170	380,80	180	403,20
	Соус фруктовый	30	27,93	50	46,52
	Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	<b>итого ужин</b>	<b>410</b>	<b>583,06</b>	<b>490</b>	<b>677,72</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1540</b>	<b>1645,96</b>	<b>1860</b>	<b>2007,55</b>