

меню на 22.05.2026г



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 гречневая с молоком | 160 | 166,01 | 180 | 186,75 |
| | Какао напиток с молоком | 150 | 89,00 | 200 | 118,67 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 43 | 146,20 | 55 | 187,00 |
| | итого за завтрак | 353 | 401,21 | 435 | 492,42 |
| Завтрак 2 : | Отвар изюма | 100 | 40,67 | 100 | 40,67 |
| | итого за завтрак 2 | 100 | 40,67 | 100 | 40,67 |
| Обед: | Томат порционный | 35 | 6,42 | 50 | 10,70 |
| | Суп с фасолью и сметаной | 150 | 79,95 | 200 | 106,60 |
| | Котлета | 60 | 159,00 | 70 | 185,50 |
| | 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 | 575 | 617,89 | 730 | 774,49 |
| Полдник: | Нектар/сок | 200 | 110,66 | 250 | 138,33 |
| | итого за полдник | 200 | 110,66 | 250 | 138,33 |
| 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: | | 1588 | 1614,20 | 1970 | 2027,05 |