

меню на 09.07.2026г



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 4		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
	Батон с молоком сгущённым	50	141,82	65	184,36
	итого за завтрак	360	384,82	445	476,28
Завтрак 2	Отвар лимона	100	34,00	100	34,00
	итого за завтрак 2	100	34,00	100	34,00
Обед	Икра кабачковая	35	24,36	50	34,80
	Солянка овощная со сметаной	150	46,35	200	61,80
	Рулет куриный с вермишелью	130	208,00	150	242,66
	Соус томатный	30	22,35	50	37,25
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	535	470,61	680	584,21
Полдник	Нектар/сок	200	110,66	250	138,33
	итого за полдник	100	110,66	250	138,33
Ужин	Омлет	150	293,07	180	351,69
	Кондитерское изделие(пряники, вафли, печенье, баранки)	40	163,20	40	163,20
	Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	400	630,60	480	742,89
Итого за день:		1495	1630,69	1955	1975,71