

меню на 14.07.2026г



Утверждено Заведующим
школьного отделения "Родничок" MAOU
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
	Бутерброд с молоком сгущённым	50	141,82	60	184,36
	итого за завтрак	360	372,82	440	458,82
Завтрак 2	Отвар шиповника	100	40,67	100	40,67
	итого за завтрак 2	100	40,67	100	40,67
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
	итого обед	570	594,08	730	775,01
Полдник	Нектар/сок	200	110,66	250	138,33
	итого за полдник	200	110,66	250	138,33
Ужин	Суп пюре картофельный	180	120,96	2202	147,84
	Гренки	20	73,64	25	92,05
	Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	410	368,93	2487	467,89
Итого за день:		1640	1487,16	4007	1880,72