

меню на 22.07.2026г

Утверждено Заведующим
дошкольным отделением "Родничок" МАOU СОШ № 6
Е.В.Ширяевой

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 13		с 1-3 года		с 3-7 года	
Завтрак:	Каша ячневая с молоком	160	154,00	180	173,25
	Кофейный напиток с молоком	150	70,00	200	93,33
	Бутерброд с маслом сливочным	43	146,20	55	187,00
	итого за завтрак	353	370,20	435	453,58
Завтрак 2:	Отвар кураги	100	47,40	150	47,40
	итого за завтрак 2	100	47,40	100	47,40
Обед:	Салат из зелёного горошка	35	29,26	50	41,80
	Солянка овощная со сметаной	150	46,35	200	61,80
	Биточек куриный	60	159,00	70	185,50
	Макаронные изделия отварные	110	123,53	130	145,99
	Компот из сухофруктов	150	84,75	180	101,70
	Хлеб ржаной	40	84,80	50	106,00
	итого обед	545	527,69	680	642,79
Полдник:	Нектар/сок	200	110,66	250	138,33
	итого за полдник	200	110,66	250	138,33
Ужин:	Уха из рыбных консервов	150	100,35	150	120,42
	Кондитерское изделие	40	163,20	40	163,20
	Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
	Чай	150	33,33	180	40,00
	итого ужин	400	437,88	450	511,62
Итого за		1598	1493,83	1915	1793,72