

Утверждаю

Копырина Н.А.

22.01.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 22.01.2026, 6.ДОУ 450, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 200г	192	5	6	25	200
Батон с маслом 25/6 гр	105	2	6	13	31
Кофейный напиток с молоком 200 гр	106	3	3	14	200
Итого:	403	9	15	53	431
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр.	48	0	0	12	120
Итого:	48	0	0	12	120
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас 60гр.	85	1	5	7	60
Суп картофельный с рыбой 0,200	163	9	6	15	200
Бигус с мясом куры 200г	210	18	8	13	200
Компот из сухофруктов и шиповника 200 гр.	81	0	0	19	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 25 гр	59	2	0	13	25
Соль 3 гр	0	0	0	0	3
Итого:	653	32	20	79	718
Полдник					
Повидло	51	0	0	13	20
Сырники из творога с картофелем 100	304	12	14	23	100
Чай с лимоном 200 гр	40	0	0	9	200
Итого:	396	13	14	45	320
Всего:	1501	55	50	189	1589

Стоимость дня: 154р

Рекомендовано на ужин: блюда из рыбы, овощи

Заведующий
(должность)

(подпись)

Копырина Н.А.
(расшифровка подписи)