

Утверждаю
Копырина Н.А.

26.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 26.01.2026, 6.ДОУ 450, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	231	6	8	27	200
Батон с повидлом (джемом)	120	3	1	28	50
Какао с молоком	114	3	3	16	200
Итого:	464	13	12	71	450
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100г	47	1	0	10	100
Итого:	47	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп. луком, сол. огурцом раст. маслом 60гр.	70	1	4	7	60
Свекольник со сметаной 200гр	89	1	5	10	200
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) 180 гр	252	12	15	12	180
Компот из кураги и изюма	79	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
Томатная паста	2	0	0	0	2
Итого:	604	19	24	73	700
Полдник					
Молоко 200 г	120	5	6	9	200
Шанежка с картофелем	243	6	8	31	90
Итого:	362	11	14	40	290
Всего:	1477	43	50	194	1540

Стоимость дня: 154р

Рекомендовано на ужин: блюда из рыбы, овощи

Заведующий
(должность)

(подпись)

Копырина Н.А.
(расшифровка подписи)