

Утверждаю
Копырина Н.А.

30.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 30.01.2026, 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 (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным 200г	215	5	6	29	200
Батон с маслом 30/6 гр	117	2	6	16	36
Кофейный напиток с молоком 200 гр	106	3	3	14	200
Итого:	437	11	15	59	436
Завтрак второй					
Напиток из шиповника 100 гр	46	0	0	11	100
Итого:	46	0	0	11	100
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр.	84	1	4	10	60
Рассольник домашний со сметаной 200гр	107	2	5	13	200
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	234	15	15	4	80
Каша перловая вязкая	159	3	5	24	130
Компот из кураги	77	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:	775	26	28	93	728
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 160 гр	248	7	6	35	160
Чай 200 гр.	38	0	0	9	200
Хлеб пшеничный 25 гр	59	2	0	13	25
Итого:	345	9	7	56	385
Всего:	1603	46	50	219	1649

Стоимость дня: 154р

Рекомендовано на ужин: блюда из творога

Заведующий
(должность)

Копырина Н.А.
(подпись)

Копырина Н.А.
(расшифровка подписи)