

СОГЛАСОВАНО

«27» октября 2022 г.
Директор МКОУ «Распопинская
СШ»

Чапليهва С.В.



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

Название блюда	Масса порции	Энергетич. ценность
4 день		
Завтрак		
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ)	200/5	173,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	97,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	68,9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (апельсин)	100	41,7
ИТОГО		419,1
Обед		
Овощи по сезону	50	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	82,5
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/5	186,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	61,2
ИТОГО		640,1
Полдник		
ВАФЛИ	50	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм)	200	116,4
ИТОГО		293,4