

СОГЛАСОВАНО

«14» ноября 2022 г.

Директор МКОУ «Распопинская
СШ»

Чапליева С.В.



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

| Название блюда | Масса порции | Энергетич. ценность |
|--|--------------|------------------------|
| 6 день | | |
| Завтрак | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 200 | 245,0 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 37,4 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | 41,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 91,9 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 62,6 |
| ИТОГО | | 478,6 |
| Обед | | |
| Овощи по сезону | 50 | 21,4 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 71,6 |
| РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЦАМИ | 80 | 80,0 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 129,6 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 55,8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 71,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 61,2 |
| ИТОГО | | 490,6 |
| Полдник | | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 95,6 |
| ПРЯНИК | 50 | 183,0 |
| ИТОГО | | 278,6 |