

СОГЛАСОВАНО

«05» декабря 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
1 день		
Завтрак		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	200	245,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	92,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	91,9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	45,6
ИТОГО		549,4
Обед		
Овощи по сезону	50	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	71,6
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	248,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/12/4	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	61,2
ИТОГО		713,4
Полдник		
Пряник	50	177,0
КАКАО С МОЛОКОМ	200	113,2
ИТОГО		290,2