

СОГЛАСОВАНО

«12» 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
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