

Утверждаю
 Директор ООО "СОЮЗ-К" _____ Киселев Г.А.

12.01. 2023 г.

Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

4 день

№ рецеп-туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценн., ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углев оды, г	
Завтрак						
93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
392	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Итого за прием пищи:	447	10,3	11,8	44,1	330,9
II Завтрак						
399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	62,6
	Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
ТТК № 1,2,3, 4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,9	2,3	15,7	91,1
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150	22,2	25,9	13,6	374,8
376	КИСЕЛЬ	180	0,4	0,0	25,2	102,7
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ТТК №7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	Итого за прием пищи:	640	29,6	28,8	86,7	722,2
Полдник						
398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,2	98,1
ТТК № 9	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	Итого за прием пищи:	250	4,5	5,2	57,4	306,6
	Всего за день:		45,2	46,0	202,9	1 422,3