

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

19.01.2023г.

Меню для дошкольной группы 3-7 лет
МКОУ «Распопинская СПШ»

9 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3,2	7,5	20,2	169,5
392	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Итого за прием пищи:	452	9,1	12,6	49,7	358,8
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						
	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено)	200	1,9	2,2	13,5	81,9
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150	22,2	25,9	13,6	374,8
376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм)	180	0,4	0,1	25,4	104,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	Итого за прием пищи:	640	29,6	28,8	84,7	715,2
Полдник						
	ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/12/4	0,2	0,0	10,0	41,7
	Итого за прием пищи:	246	3,2	2,4	47,5	224,7
	Всего за день:		42,7	44,0	196,6	1 361,3