

Утверждаю  
 Директор ООО "СОЮЗ-К" \_\_\_\_\_ Киселев Г.А.

14.02.2023г.

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

7 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200	5,7	9,8	41,2	284,5
397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,3	16,7	113,2
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	74,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>12,7</b>	<b>20,6</b>	<b>77,5</b>	<b>564,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>45,6</b>
<b>Обед</b>						
	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,3	2,2	16,2	94,4
302	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	12,5	11,5	15,1	216,6
393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1	0,0	10,2	41,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>20,0</b>	<b>14,3</b>	<b>73,7</b>	<b>505,6</b>
<b>Полдник</b>						
№376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм)	200	0,5	0,1	28,3	116,4
	ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>1,9</b>	<b>1,8</b>	<b>67,0</b>	<b>293,4</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>35,0</b>	<b>37,1</b>	<b>227,7</b>	<b>1409,0</b>