

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

22.02. 2023 г.

**Меню для дошкольной группы 3-7 лет**

**МКОУ «Распопинская СШ»**

**3 день**

№ рецеп-туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценн., ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углев оды, г	
<b>Завтрак</b>						
168	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200	7,5	8,2	33,8	245,0
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,2	92,1
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>13,4</b>	<b>17,9</b>	<b>68,6</b>	<b>503,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	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>						
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
67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	1,5	4,0	7,2	71,6
305	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70	11,5	11,6	11,5	197,7
165	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/12/4	0,2	0,0	10,0	41,7
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
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>726</b>	<b>26,7</b>	<b>22,5</b>	<b>99,2</b>	<b>713,4</b>
<b>Полдник</b>						
ТТК № 10	ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
397	КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>5,3</b>	<b>5,0</b>	<b>55,4</b>	<b>290,2</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>45,8</b>	<b>45,8</b>	<b>232,7</b>	<b>1 553,0</b>