

Согласовано:

Директор МКОУ «Распопинская СШ»

Чаплиева С.В.



Утверждаю

Директор ООО «СОЮЗ-К»

Киселев Г.А.

27.06.2023 г.

**Меню для дошкольной группы 3-7 лет****МКОУ «Распопинская СШ»****2 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 | | | | | | |
| | 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 |
| | 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 | 86,7 | 722,2 |
| Полдник | | | | | | |
| 376 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ) | 200 | 0,5 | 0,1 | 28,3 | 116,4 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 |
| | Итого за прием пищи: | 250 | 4,3 | 5,0 | 65,5 | 324,9 |
| | Всего за день: | | 35,1 | 31,4 | 238,2 | 1 385,8 |