

Согласовано

Директор МКОУ «Распопинская СШ»

Чаплиева С.В.

2023г.

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"

Киселев Г.А.

07.09.2023г.

Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

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 | 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 | 0,1 | 0,0 | 14,3 | 57,0 |
| | Итого за прием пищи: | 450 | 9,1 | 12,6 | 54,2 | 376,4 |
| 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 | | | | | | |
| 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 |
| 80 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) | 200 | 1,8 | 2,3 | 13,5 | 81,8 |
| 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 25,4 | 27,3 | 25,3 | 454,3 |
| 376 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) | 180 | 0,4 | 0,1 | 25,4 | 104,9 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| | Итого за прием пищи: | 640 | 32,7 | 30,3 | 96,4 | 794,6 |
| Полдник | | | | | | |
| 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 50 | 3,3 | 0,2 | 27,2 | 117,4 |
| 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3,0 | 2,5 | 15,6 | 97,3 |
| | Итого за прием пищи: | 250 | 6,3 | 2,7 | 42,8 | 214,7 |
| | Всего за день: | | 48,9 | 45,8 | 208,1 | 1448,3 |