



Согласовано:  
Директор МКОУ «Распопинская СП»  
Чаплиева С.В.

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

16.10.2023 г.

### Меню для дошкольной группы 3-7 лет

#### МКОУ «Распопинская СП»

6 день

№ рецеп-туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценн., ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углев. оды, г	
<b>Завтрак</b>						
165	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (манная)	200	6,1	2,9	31,0	173,8
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	3,6	0,0	37,4
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,0	2,5	15,5	95,6
ТТК №5	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>415</b>	<b>11,4</b>	<b>9,9</b>	<b>61,9</b>	<b>385,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	62,6
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>
<b>Обед</b>						
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	200	2,5	5,0	8,2	81,6
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ «ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ»	80	10,3	5,6	5,2	105,7
125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	3,5	4,5	22,9	132,3
376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
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>700</b>	<b>21,4</b>	<b>15,7</b>	<b>82,5</b>	<b>529,0</b>
<b>Полдник</b>						
9	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
392	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,1	0	14,3	57,0
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>240</b>	<b>3,9</b>	<b>4,9</b>	<b>51,5</b>	<b>265,5</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>37,5</b>	<b>30,7</b>	<b>210,6</b>	<b>1242,5</b>