

Согласовано

Директор МКОУ «Распопинская СШ»

Чаплиева С.В.

2023г.

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К"

Киселев Г.А.

19.10.2023г.

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