



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

31.01.2025 г.



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

10 день

№ рецеп-туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценн., ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углев оды, г	
Завтрак						
185	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ)	200/5	6,1	2,9	31,0	173,8
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	74,8
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
	Итого за прием пищи:	420	11,5	13,6	62,0	422,8
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
57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4,0	10,0	82,5
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ «ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ»	80	10,3	5,6	5,2	105,7
304	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,3	4,7	33,7	190,1
№393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2	0	13,7	55,8
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:	700	20,4	14,9	94,8	587,7
Полдник						
9	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,1	3,6	17,4	118,8
	Итого за прием пищи:	250	7,9	8,5	54,6	327,3
	Всего за день:		40,6	37,2	226,1	1400,4