



Согласовано:  
И.о. директора МКОУ «Калмыковская СШ»  
Васина Н.И.

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

14.03. 2025 г.

**Меню для дошкольной группы 3-7 лет**

**МКОУ «Калмыковская СШ»**

**10 день**

| №<br>рецеп-<br>туры | Прием пищи, наименование блюда                                                                           | Масса<br>порции | Пищевые вещества |            |                 | Энерг.<br>ценн.,<br>ккал |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|------------|-----------------|--------------------------|
|                     |                                                                                                          |                 | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углев<br>оды, г |                          |
| Завтрак             |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| 185                 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>(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<br>МОЛОКОМ                                                                            | 180             | 3,0              | 2,5        | 15,5            | 95,6                     |
| ТТК<br>№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,<br>4,5       | Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, свекла отварная) | 50              | 0,8              | 0,1        | 4,4             | 21,4                     |
| 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ                                                                          | 200             | 1,5              | 4,0        | 10,0            | 82,5                     |
| 390                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>«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                    |
|                     | Всего за день:                                                                                           |                 | 32,7             | 28,7       | 171,5           | 1073,1                   |