



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



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

**МКОУ «Распопинская СП»**

Дата: 29.04. 2025 г.

**2 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             |                                                                                                    |                 |                  |            |                 |                          |
| 175                 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА                                                               | 200             | 5,4              | 5,6        | 43,2            | 244,0                    |
| 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                                                  | 30/5/10         | 4,4              | 6,7        | 14,6            | 141,6                    |
| 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                      | 190             | 0,1              | 0,0        | 14,3            | 57,0                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                               | 435             | 9,9              | 12,3       | 72,1            | 442,6                    |
| 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                |                                                                                                    |                 |                  |            |                 |                          |
|                     | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 50              | 0,8              | 0,1        | 4,4             | 21,4                     |
| 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                                                                   | 200             | 1,9              | 2,3        | 15,7            | 91,1                     |
| 289                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                                                                      | 150             | 9,6              | 9,5        | 14,9            | 207,3                    |
| 376                 | КИСЕЛЬ                                                                                             | 180             | 1,3              | 0,0        | 29,0            | 117,0                    |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                     | 30              | 2,3              | 0,2        | 15,1            | 71,0                     |
|                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                        | 30              | 2,0              | 0,3        | 12,7            | 61,2                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                               | 640             | 17,9             | 12,4       | 91,8            | 569,0                    |
| Полдник             |                                                                                                    |                 |                  |            |                 |                          |
| 376                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                                                            | 200             | 0,2              | 0,2        | 23,2            | 95,6                     |
|                     | ПЕЧЕНЬЕ                                                                                            | 50              | 3,8              | 4,9        | 37,2            | 208,5                    |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                               | 250             | 4,0              | 5,1        | 60,4            | 304,1                    |
|                     | Всего за день:                                                                                     |                 | 32,6             | 29,9       | 238,9           | 1378,3                   |