



**Меню для дошкольной группы 1-3 лет**

**МКОУ «Калмыковская СШ»**

Дата: 28.04. 2025 г.

**1 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 | Углево-<br>ды, г |                          |
| Завтрак             |                                                                                                          |                 |                  |            |                  |                          |
| №168                | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>(ГЕРКУЛЕСОВАЯ)                                                                   | 150             | 6,8              | 9,8        | 30,0             | 168,0                    |
| №395                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                                               | 150             | 2,5              | 1,5        | 10,6             | 64,3                     |
| №6                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                                                                         | 10              | 0,1              | 7,3        | 0,1              | 74,8                     |
| 5                   | БАТОН                                                                                                    | 30              | 2,3              | 0,9        | 15,4             | 78,6                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 340             | 11,7             | 19,5       | 56,1             | 456,2                    |
| II Завтрак          |                                                                                                          |                 |                  |            |                  |                          |
| №368                | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                                                                   | 100             | 0,4              | 0,4        | 9,5              | 45,6                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 100             | 0,4              | 0,4        | 9,5              | 45,6                     |
| Обед                |                                                                                                          |                 |                  |            |                  |                          |
|                     | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор<br>свежий, капуста квашеная, огурец соленый,<br>свекла отварная) | 30              | 0,5              | 0,1        | 2,7              | 12,9                     |
| №67                 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ                                                                     | 150             | 1,9              | 3,8        | 6,2              | 61,2                     |
| 277                 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ                                                                                      | 70              | 6,7              | 8,1        | 5,3              | 123,1                    |
| №165                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                                                               | 110             | 6,2              | 4,6        | 28,0             | 182,7                    |
| №392                | ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                            | 150             | 0,0              | 0,0        | 11,3             | 45,0                     |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                           | 20              | 1,5              | 0,1        | 10,0             | 47,4                     |
|                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                              | 20              | 1,3              | 0,2        | 8,5              | 40,8                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 550             | 18,0             | 16,8       | 71,9             | 513,1                    |
|                     | Всего за день:                                                                                           |                 | 30,1             | 36,6       | 137,5            | 1014,9                   |