



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

**МКОУ «Калмыковская СШ»**

**7 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              |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| №174                 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>РИСОВАЯ                                                                          | 150             | 4,3              | 7,4        | 30,9            | 213,4                    |
| №397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                                                                          | 150             | 3,1              | 2,7        | 13,1            | 89,1                     |
| №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             | 9,7              | 18,2       | 59,5            | 455,9                    |
| 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                 |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| 1,2,3,<br>4,5        | Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, свекла отварная) | 30              | 0,5              | 0,1        | 2,7             | 12,9                     |
| №82                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                                                              | 150             | 1,8              | 1,8        | 12,1            | 70,9                     |
| №305                 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                                                                               | 70              | 11,5             | 11,6       | 11,5            | 197,7                    |
| 165                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                                                               | 110             | 6,2              | 4,6        | 28,0            | 182,7                    |
| №393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                                            | 150             | 0,2              | 0,0        | 11,4            | 46,5                     |
| 6                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                           | 20              | 1,5              | 0,1        | 10,0            | 47,4                     |
| 7                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                              | 20              | 1,3              | 0,2        | 8,5             | 40,8                     |
|                      | Итого за прием пищи:                                                                                     | 550             | 23,0             | 18,4       | 84,2            | 598,9                    |
|                      | Всего за день:                                                                                           |                 | 33,1             | 37,0       | 153,2           | 1100,4                   |