



Утверждаю
 Директор ООО "СОЮЗ-К" Киселев Д.Г.



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

Дата: 08.09. 2025 г.

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200	6,1	2,9	31,0	173,8	185
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6	395
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	5
Итого за прием пищи:	415	11,4	9,9	61,9	385,4	
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4	1,2,3,4,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	2,5	5,0	8,2	81,6	67
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	80	10,3	5,6	5,2	105,7	390
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130	3,5	4,5	22,9	132,3	125
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	7
Итого за прием пищи:	700	21,4	15,7	82,5	529,0	
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	9
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0	392
Итого за прием пищи:	240	3,9	4,9	51,5	265,5	
Всего за день:		37,5	30,7	210,6	1 242,5	