



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



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

Дата: 10.09. 2025 г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200	5,8	6,7	36,7	236,3	175
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3	7
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:	420	13,3	13,0	67,6	445,8	
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
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200	1,9	2,3	15,7	91,1	77
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70	9,1	10,3	8,4	166,0	287
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5	348
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	7,9	29,6	211,9	205
КИСЕЛЬ №247	180	1,3	0,0	29,0	117,0	247
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:	720	22,7	22,5	116,9	764,1	
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0	392
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0	8
Итого за прием пищи:	240	3,1	2,4	51,8	240,0	
Всего за день:		39,9	38,1	251,0	1 512,5	