



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

**МКОУ «Калмыковская СШ»**

Дата: 22.08. 2025 г.

**5 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                   |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| 93                        | СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                                                                  | 200             | 5,8              | 5,1        | 19,7            | 149,9                    |
| 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                       |
|                           | Итого за прием пищи:                                                                                     | 435             | 10,3             | 11,8       | 48,6            | 348,5                    |
| 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                      |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| ТТК<br>№<br>1,2,3,<br>4,5 | Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, свекла отварная) | 50              | 0,8              | 0,1        | 4,4             | 21,4                     |
| 135                       | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                                                                                            | 200             | 1,5              | 3,0        | 8,8             | 71,7                     |
| 289                       | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                                                                            | 150             | 9,6              | 9,5        | 14,9            | 207,3                    |
| 247                       | КИСЕЛЬ                                                                                                   | 180             | 1,3              | 0          | 29,0            | 117,0                    |
| ТТК<br>№6                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                           | 30              | 2,3              | 0,2        | 15,1            | 71,0                     |
| ТТК<br>№7                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                              | 30              | 2,0              | 0,3        | 12,7            | 61,2                     |
|                           | Итого за прием пищи:                                                                                     | 640             | 17,5             | 13,1       | 84,9            | 549,6                    |
|                           | Всего за день:                                                                                           |                 | 28,6             | 25,1       | 148,1           | 960,7                    |