



Согласовано:

Директор МКОУ «Распопинская СПШ»
Чаплиева С.В.

Утверждаю
Директор ООО "СОЮЗ-К"



Киселев Д.Г.

Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СПШ»

Дата: 16.09. 2025 г.

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200	5,4	5,6	43,2	244,0	175
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0	392
Итого за прием пищи:	435	9,9	12,3	72,0	442,6	
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
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	9,6	9,5	14,9	207,3	289
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:	640	17,9	12,4	91,8	569,0	
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200	0,2	0,2	23,2	95,6	372
Итого за прием пищи:	250	4,0	5,1	60,4	304,1	
Всего за день:		32,6	29,9	238,9	1 378,3	