Согласовано:
Директор МКОУ «Распопинская СШ»
_____ Чаплиева С.В.

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

Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СШ»

Дата: 17.09. 2025 г.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5	174
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180	0,2	0,0	13,7	55,8	393
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	5
Итого за прием пищи:	**415**	**8,2**	**14,3**	**70,3**	**456,3**	
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 С КРУПОЙ (пшено) №80	200	1,8	2,3	13,5	81,8	80
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70	9,0	11,6	9,1	179,6	455
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	7,9	29,6	211,9	205
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0	392
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**	**20,9**	**22,4**	**98,7**	**683,9**	
Полдник						
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	50	3,3	0,2	27,2	117,4	2
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	4,1	3,6	17,4	118,8	397
Итого за прием пищи:	**250**	**7,4**	**3,8**	**44,6**	**236,2**	
Всего за день:		**37,3**	**40,7**	**228,3**	**1 439,0**	