



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: 18.09. 2025 г.

4 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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6	395
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6
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						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	100	0,9	0,2	7,9	41,7	371
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	7,9	41,7	
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
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5	57
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	25,4	27,3	25,3	454,3	304
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:	640	32,0	31,9	81,5	746,2	
Полдник						
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	10
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,6	394
Итого за прием пищи:	250	4,4	4,2	54,3	274,6	
Всего за день:		48,7	46,2	205,6	1 447,9	