



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: 23.09.2025 г.

7 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
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2	397
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8	6
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	5
Итого за прием пищи:	440	12,0	21,3	73,4	551,1	
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6	368
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6	
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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	94,4	82
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70	11,5	11,6	11,5	197,7	305
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8	165
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180	0,2	0,0	13,7	55,8	393
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:	710	27,5	20,7	111,9	750,3	
Полдник						
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	10
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180	0,4	0,1	25,4	104,9	376
Итого за прием пищи:	250	1,8	1,8	64,1	281,9	
Всего за день:		41,7	44,2	258,9	1 628,9	