



Согласовано:
Директор МКОУ «Распопинская СПШ»
Чапليهва С.В.

Утверждаю
Директор ООО «СОЮЗ-К» Киселев Д.Г.



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СПШ»

Дата: 01.10. 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	