



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: 06.10.2025 г.

#### 6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200	6,1	2,9	31,0	173,8	185
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4	6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6	395
БАТОН №5	30	2,3	0,9	15,4	78,6	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>415</b>	<b>11,4</b>	<b>9,9</b>	<b>61,9</b>	<b>385,4</b>	
<b>II Завтрак</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>	
<b>Обед</b>						
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
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	2,5	5,0	8,2	81,6	67
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	80	10,3	5,6	5,2	105,7	390
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130	3,5	4,5	22,9	132,3	125
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>21,4</b>	<b>15,7</b>	<b>82,5</b>	<b>529,0</b>	
<b>Полдник</b>						
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	9
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0	392
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>240</b>	<b>3,9</b>	<b>4,9</b>	<b>51,5</b>	<b>265,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>37,5</b>	<b>30,7</b>	<b>210,6</b>	<b>1 242,5</b>	