



Согласовано:
И.о. директора МКОУ «Калмыковская СШ»
Васина Н.И.

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

21.11. 2025 г.



Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Калмыковская СШ»

10 день

| № рецеп- -туры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. ценн., ккал |
|----------------------|--|-----------------|------------------|------------|-----------------|--------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углев оды, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| 185 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) | 200/5 | 6,1 | 2,9 | 31,0 | 173,8 |
| 6 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 74,8 |
| 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,0 | 2,5 | 15,5 | 95,6 |
| ТТК №5 | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| | Итого за прием пищи: | 420 | 11,5 | 13,6 | 62,0 | 422,8 |
| II Завтрак | | | | | | |
| 399 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 |
| | Итого за прием пищи: | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 |
| Обед | | | | | | |
| 1,2,3, 4,5 | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 50 | 0,8 | 0,1 | 4,4 | 21,4 |
| 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,5 | 4,0 | 10,0 | 82,5 |
| 390 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ «ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ» | 80 | 10,3 | 5,6 | 5,2 | 105,7 |
| 304 | РИС ОТВАРНОЙ | 130 | 3,3 | 4,7 | 33,7 | 190,1 |
| №393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 | 0 | 13,7 | 55,8 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| | Итого за прием пищи: | 700 | 20,4 | 14,9 | 94,8 | 587,7 |
| | Всего за день: | | 32,7 | 28,7 | 171,5 | 1073,1 |