



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: 12.12. 2025 г.

#### 5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200	5,8	5,1	19,7	149,9	93
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	3
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0	392
Итого за прием пищи:	435	10,3	11,8	48,6	348,5	
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 ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200	1,5	3,0	8,8	71,7	135
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	9,6	9,5	14,9	207,3	289
КИСЕЛЬ №247	180	1,3	0,0	29,0	117,0	247
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	17,5	13,1	84,9	549,6	
Полдник						
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0	8
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	4,1	3,6	17,4	118,8	397
Итого за прием пищи:	250	7,1	6,0	54,9	301,8	
Всего за день:		35,7	31,1	203,0	1 262,5	