



Меню для дошкольной группы 1-3 лет

МКОУ «Калмыковская СШ»

Дата: 10.12. 2025 г.

3 день

№ рецеп- туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценн., ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углев оды, г	
Завтрак						
174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150	4,3	7,4	30,9	213,4
393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2	0,0	11,4	46,5
6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	3,6	0,0	37,4
5	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	Итого за прием пищи:	335	6,8	11,9	57,7	375,9
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						
ТТК № 1,2,3, 4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9
80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО)	150	1,4	1,7	10,1	61,4
455	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (ГОВЯДИНА)	70	9,0	11,6	9,1	179,6
205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,1	6,7	25,0	179,3
392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,0	0,0	11,3	45,0
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
ТТК №7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Итого за прием пищи:	550	17,8	20,4	76,7	566,4
	Всего за день:		25,4	32,4	149,1	1004,9