



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



## Меню для дошкольной группы 3-7 лет

### МКОУ «Калмыковская СШ»

Дата: 30.01.2026 г.

5 день

| Прием пищи, наименование<br>блюда                                                        | Масса<br>порции | Пищевые вещества |            |                | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | №<br>рецеп-<br>туры |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|------------|----------------|------------------------------------------|---------------------|
|                                                                                          |                 | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                                          |                     |
| Завтрак                                                                                  |                 |                  |            |                |                                          |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>№85                                           | 180             | 7,56             | 10,00      | 23,76          | 135,14                                   | 85                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3<br>(БАТОН)                                                          | 30/5/10         | 4,40             | 6,70       | 14,60          | 141,60                                   | 3                   |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                       | 180             | 0,10             | 0,00       | 14,30          | 57,00                                    | 411                 |
| Итого за прием пищи:                                                                     | 405             | 12,06            | 16,70      | 52,66          | 333,74                                   |                     |
| 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                                                                                     |                 |                  |            |                |                                          |                     |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135                                                                       | 180             | 1,35             | 2,70       | 7,90           | 64,50                                    | 135                 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С<br>БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ<br>(говядина) С СОУСОМ<br>ТОМАТНЫМ № 455/363 | 70/30           | 7,00             | 6,80       | 15,70          | 159,90                                   | 455/363             |
| БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) №<br>330                                                        | 130             | 12,50            | 6,00       | 27,70          | 217,10                                   | 330                 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ № 53                                                      | 180             | 0,00             | 0,00       | 14,00          | 55,80                                    | 53                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                       | 30              | 2,34             | 0,30       | 14,46          | 70,08                                    | 6                   |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                  | 30              | 1,88             | 0,30       | 12,40          | 59,40                                    | 7                   |
| Итого за прием пищи:                                                                     | 650             | 25,07            | 16,10      | 92,16          | 626,78                                   |                     |
| Всего за день:                                                                           |                 | 37,93            | 33,00      | 159,52         | 1023,12                                  |                     |