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

Утверждаю
Директор

# Меню для дошкольной группы 3-7 лет

## МКОУ «Калмыковская СШ»

Дата: 20.04. 2026 г.

### 1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101 | 180 | 9,45 | 8,90 | 33,75 | 240,66 | 101 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414 | 180 | 3,00 | 2,50 | 15,50 | 95,60 | 414 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН) | 40/10 | 3,20 | 7,50 | 20,20 | 169,50 | 1 |
| **Итого за прием пищи:** | **410** | **15,65** | **18,90** | **69,45** | **505,76** | |
| **II Завтрак** | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 45,6 | 368 |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,4** | **0,4** | **9,5** | **45,6** | |
| **Обед** | | | | | | |
| Овощи по сезону (или огурец свежий,или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50 | 0,80 | 0,10 | 4,40 | 21,40 | 1,2,3,4,5 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47 | 180 | 2,30 | 4,50 | 7,40 | 73,44 | 47 |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319 | 180 | 9,00 | 5,80 | 16,70 | 129,00 | 319 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 180 | 0,10 | 0,00 | 14,30 | 57,00 | 411 |
| 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** | **16,42** | **11,00** | **69,66** | **410,32** | |
| **Всего за день:** | | **32,47** | **30,30** | **148,61** | **961,68** | |