



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

Утверждаю  
директор



## Меню для дошкольной группы 1-3 лет

### МКОУ «Калмыковская СШ»

Дата: 01.07.2026 г.

#### 3 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                        | 102         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                        | 1           |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                         | 412         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 8,11             | 15,70   | 65,90       | 453,00                        |             |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |             |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         | 399         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,10    | 9,80        | 41,70                         |             |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |             |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                         | 1,2,3,4,5   |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,10             | 1,70    | 10,10       | 61,40                         | 86          |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                         | 261         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                        | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                        | 165         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                         | 53          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         | 6           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         | 7           |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 540          | 17,47            | 9,84    | 71,84       | 449,82                        |             |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 26,08            | 25,64   | 147,54      | 944,52                        |             |