



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



## Меню для дошкольной группы 1-3 лет

### МКОУ «Калмыковская СШ»

Дата: 27.07. 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                                                                                      | 150          | 7,80             | 7,40    | 28,30       | 200,55                        | 101         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                         | 414         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                        | 1           |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 13,50            | 16,40   | 59,10       | 434,35                        |             |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         | 368         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         |             |
| 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   |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                  | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                         | 47          |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                        | 319         |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                         | 411         |
| 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:                                                                                                   | 520          | 12,71            | 9,08    | 52,00       | 305,52                        |             |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 26,61            | 25,88   | 120,60      | 785,47                        |             |