

№7

Утверждаю

Директор МБОУ

«Коровинская СОШ»

Солдаткина Н.П.



МЕНЮ на 05.06.2025

Дошкольной группы «Колобок»

День недели: четверг

Возраст: 3-7 лет

| Наименование блюда                         | Масса порций, г | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                             |                 |                               |
| Каша рисовая молочная                      | 180             | 235,23                        |
| Чай с сахаром                              | 180             | 37,89                         |
| Хлеб пшеничный                             | 30              | 57,3                          |
| Масло сливочное порционное                 | 10              | 37,4                          |
| <b>Итого за завтрак</b>                    | <b>400</b>      | <b>367,82</b>                 |
| <b>2-й завтрак</b>                         |                 |                               |
| Фрукты (яблоко)                            | 100             | 87,3                          |
| <b>Обед</b>                                |                 |                               |
| Салат из свеклы отварной                   | 50              | 61,2                          |
| Суп картофельный с бобовыми, с<br>гренками | 150/25          | 115,6                         |
| Рыба тушеная с овощами                     | 70              | 93,2                          |
| Каша гречневая рассыпчатая                 | 130             | 176,3                         |
| Сок фруктовый                              | 180             | 76                            |
| Хлеб пшеничный                             | 30              | 57,3                          |
| Хлеб ржаной                                | 30              | 50,74                         |
| <b>Итого за обед</b>                       | <b>490</b>      | <b>630,34</b>                 |
| <b>Полдник</b>                             |                 |                               |
| Чай с лимоном                              | 200             | 41                            |
| Булочка                                    | 50              | 231,3                         |
| <b>Итого за полдник</b>                    | <b>250</b>      | <b>272,3</b>                  |
| <b>Итого за день</b>                       | <b>1240</b>     | <b>1357,76</b>                |

Повар  Камардина Т.В.