

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ д/с "Ласточка"
г.Балашова И.А. Филатова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ д/с "Ласточка"
г.Балашова И.А. Филатова

МЕНЮ (возрастная категория 1-3 года)

на "10" апреля 2025 г

Завтрак 10,5 часов; 12 часов

Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Каша молочная, вязкая овсяная "Геркулес"				
150	4,05	5,69	25,25	168
Батон с маслом	20/5	1,75	5,39	10,44
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99
Итого	355	5,86	11,1	45,68

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

Сок абрикосовый	100	0	0	11,2	45
-----------------	-----	---	---	------	----

Обед 10,5 часов; 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Суп картофельный с вермишелью	160	2,03	2,06	15,67	83,34
Плов из курицы	160	19,46	16,55	26,97	334,74
Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,9	85,34
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40
Хлеб пшеничный	20	1,56	0,16	9,84	47
Итого	510	24,79	18,99	81,58	590,4

Полдник 10,5 часов; 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Вафля	45	2,02	30,15	2,11	225,5
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40
Итого	225	2,08	30,17	12,1	265,45

Ужин 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Сырники из творога	110	20,55	13,93	12,54	257,4
Повидло	20	0	0	13,2	52,8
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40
Итого	310	20,66	13,95	35,73	350,2
	1500	53,4	74,21	186,29	1556,4

"09" апреля 2025 г

м/сестра

Т.Н. Брошкина

МЕНЮ (возрастная категория 3-7 лет)

на "10" апреля 2025 г

Завтрак 10,5 часов; 12 часов

Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Каша молочная, вязкая овсяная				
180	5,39	6,38	32,02	207
Батон с маслом	30/5	2,45	7,55	14,62
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1
Итого	415	7,9	13,95	57,74

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

Сок абрикосовый	100	0	0	11,2	45
-----------------	-----	---	---	------	----

Обед 10,5 часов; 12 часов

Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
200	2,26	2,29	17,41	99,27
200	21,47	19,69	35,69	406
180	0,05	0	25,1	102,4
30	1,98	0,33	12,3	60
30	2,34	0,24	14,76	71
640	28,1	22,55	105,26	738,67

Полдник 10,5 часов; 12 часов

Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
50	2,25	33,5	2,35	250,5
200	0,06	0,02	11,1	44,4
250	2,31	33,52	13,45	294,9

Ужин 12 часов

Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
170	31,77	21,53	19,38	397,8
25	0	0	16,5	66
200	0,06	0,02	11,1	44,4
395	31,83	21,55	46,98	508,2
1800	70,14	91,57	234,6	1974,17
2025г				

"09" апреля 2025 г

м/сестра

Т.Н. Брошкина