

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий М.Д.ОУ д/с "Ласточка"
г. Балашиха И.А. Филатова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий М.Д.ОУ д/с "Ласточка"
г. Балашиха И.А. Филатова

МЕНЮ (возрастная категория 1-3 года)

на "14" апреля 2025 г

МЕНЮ (возрастная категория 3-7 лет)

на "14" апреля 2025 г

Завтрак 10,5 часов; 12 часов

Завтрак 10,5 часов; 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Каша молочная, вязкая с пшенной крупой с маслом и сахаром	150	4,27	4,86	29,32	178	Каша молочная, вязкая с пшенной крупой с маслом и сахаром	180	5,67	5,3	37,44	220
Батон с маслом	20/5	1,75	5,39	10,44	97,3	Батон с маслом	30/5	2,45	7,55	14,62	136
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	44,4
Итого	355	6,08	10,27	49,75	315,3	Итого	415	8,18	12,87	63,16	400,4

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

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

Обед 10,5 часов; 12 часов

Обед 10,5 часов; 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Щи из свежей капусты и картофелем	160	1,34	4,05	6,81	69	Щи из свежей капусты и картофелем	200	1,67	5,06	8,51	86,26
Отварные макароны	110	4,05	3,31	19,39	124	Отварные макароны	130	4,78	3,91	22,92	146
Котлеты из говядины	60	11,04	10,72	5,27	161,64	Котлеты из говядины	70	10,68	11,75	5,74	176,75
Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,9	85,34	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,9	113,79
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60
Хлеб пшеничный	20	1,56	0,16	9,84	47	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,24	14,76	71
Итого	520	19,73	18,46	70,41	526,98	Итого	660	21,01	21,29	92,13	653,8

Полдник 10,5 часов; 12 часов

Полдник 10,5 часов; 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Печенье	40	3,75	8,5	24,1	225	Печенье	40	3,75	8,5	24,1	225
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	44,4
Итого	220	3,81	8,52	34,09	265	Итого	240	3,81	8,52	35,2	269,4

Ужин 12 часов

Ужин 12 часов

	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Оладьи	110	6,05	5,4	23,5	227,2	Оладьи	160	9,05	8,11	35,35	250,8
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,9	40	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	44,4
Повидло	15	0	0	13,2	52,8	Повидло	25	0	0	16,5	66
Итого	310	6,11	5,42	46,6	320	Итого	385	9,12	8,13	62,95	361,2
	1500	35,7	42,74	212,1	1472,3		1800	42,12	50,81	264,64	1729,8

"11" апреля 2025 г

"11" апреля 2025 г

М/сестра

Т.Н. Брошкина

М/сестра

Т.Н. Брошкина