

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МДОУ д/с "Ласточка" г.Балашова И.А. Филатова						
МЕНЮ (возрастная категория 3-7 лет) на "22" апреля 2025 г						
Завтрак 10,5 часов; 12 часов						
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Каша молочная, вязкая с пшенной крупой с маслом и сахаром	180	4,8	5,46	32,98	220,25	
Батон с маслом	30/5	2,14	6,61	12,8	119	
Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,9	35,7	
Итого	415	6,99	12,09	54,68	374,95	
Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов						
Сок абрикосовый	100	0	0	11,2	45	
Обед 10,5 часов; 12 часов						
Сок яблочный	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Суп картофельный с клецками	185	1,55	2,49	8,98	64,57	
Отварной рис	130	3,16	4,66	31,8	181,74	
Раба тушеная в томате с овощами	80	14,52	8,03	7,51	160,29	
Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0	25,1	102,4	
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60	
Хлеб пшеничный	30	2,34	0,24	14,76	71	
Итого	635	23,6	15,75	100,45	640	
Полдник 10,5 часов; 12 часов						
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Печенье	40	3	4,96	26	168	
Молоко	200	6	5	9,4	106	
Итого	240	9	9,96	35,4	274	
Ужин 12 часов						
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Каша молочная, вязкая овсяная "Геркулес" крупой с маслом и сахаром	180	4,61	5,46	27,45	177,43	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79,5	
Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,9	35,7	
Итого	410	6,91	6,35	51,77	292,63	
	1800	46,5	44,15	253,55	1626,6	
"21" апреля 2025 г						
				м/сестра Т.Н. Ерошкина		

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МДОУ д/с "Ласточка" г.Балашова И.А. Филатова						
МЕНЮ (возрастная категория 1-3 года) на " 22" апреля 2025 г						
Завтрак 10,5 часов; 12 часов						
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Каша молочная, вязкая с пшенной крупой с маслом и сахаром	150	4,05	3,77	26,74	157,14	
Батон с маслом	20/5	1,53	4,72	6,53	85	
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	9,01	32	
Итого	355	5,63	8,5	42,28	274,14	
Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов						
Сок абрикосовый	100	0	0	11,2	45	
Обед 10,5 часов; 12 часов						
Сок яблочный	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Суп картофельный с клёцками	160	1,34	2,15	7,77	55,84	
Отварной рис	100	2,68	3,94	26,9	153,8	
Раба тушенная в томате с овощами	60	12,43	6,87	6,41	137,21	
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	19,75	13,34	80,02	519,19	
Полдник 10,5 часов; 12 часов						
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Печенье	40	3	4,96	26	168	
Молоко	150	4,5	3,75	7,05	79,5	
Итого	190	7,5	8,71	33,05	247,5	
Ужин 12 часов						
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен	
Каша молочная, вязкая овсяная "Геркулес" крупой с маслом и сахаром	150	3,84	4,55	42,16	147,86	
Батон	20	1,5	0,58	10,28	53	
чай с сахаром	180	0,05	0,01	9,01	32	
Итого	350	5,39	5,14	45,43	232,86	
	1500	38,27	35,69	211,98	1318,69	
"21" апреля 2025 г						
				м/сестра	Т.Н. Ерошкина	