

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ д/с "Ласточка"
г.Балашова Н.И.Пономарева

МЕНЮ (возрастная категория 1-3 года)

на "22" мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ д/с "Ласточка"
г.Балашова Н.И.Пономарева

МЕНЮ (возрастная категория 3-7 лет)

на "22" мая 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 овсяная "Геркулес"	150	3,84	4,55	42,16	147,86	Каша молочная, вязкая овсяная	180	4,61	5,46	27,45	177,43
Крутой с маслом и сахаром	20/5	1,53	4,72	6,53	85	"Геркулес" крутой с маслом и сахаром	30/5	2,14	6,61	12,8	136
Батон с маслом	180	0,05	0,01	0,81	32	Батон с маслом	200	0,05	0,02	8,9	35,7
Чай с сахаром	355	5,42	9,28	56,7	264,9	Чай с сахаром	415	6,8	12,09	49,15	349,13
Итого						Итого					
Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов						Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов					
Сок яблочный	100	0	0	11	50	Сок абрикосовый	100	0	0	11	50
Обед 10,5 часов; 12 часов						Обед 10,5 часов; 12 часов					
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Суп картофельный с вермишелью	160	1,61	1,7	10,28	62,85	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,71	83,8
Плов из курицы	160	16,35	15	27,19	309,33	Плов из курицы	200	20,44	18,75	33,99	386,66
Компот из смеси сухофруктов	150	0,42	0	20,9	85,34	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0	25,1	102,4
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	510	21,16	17,08	76,41	544,5	Итого	640	26,96	21,59	99,86	703,86
Полдник 10,5 часов; 12 часов						Полдник 10,5 часов; 12 часов					
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Вафля	45	2,02	30,15	2,11	225,5	Вафля	50	2,25	33,5	2,35	250,5
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,01	32	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,9	35,7
Итого	225	2,07	30,16	10,12	257,32	Итого	250	2,3	33,52	11,25	286,2
Ужин 12 часов						Ужин 12 часов					
	Вес	Б	Ж	У	Эн.цен		Вес	Б	Ж	У	Эн.цен
Сырники из творога	110	20,55	13,93	12,54	257,4	Сырники из творога	170	31,77	21,53	19,38	397,8
Повидло	20	0	0	13,2	52,8	Повидло	25	0	0	16,5	66
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,01	32	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,9	35,7
Итого	310	20,6	13,94	33,15	342,2	Итого	395	31,82	21,55	44,78	499,5
	1500	49,29	70,46	188,18	1453,9		1800	67,88	88,75	216,2	1888,69
"21" мая 2025 г.						"21" мая 2025 г.					
М/сестра Т.Н.Ерошкина						М/сестра Т.Н.Ерошкина					