

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

МЕНЮ (возрастная категория 1-3 года)

на "26" мая 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 | 8,01  | 32     |
| Итого                                                     | 355  | 5,63 | 8,5  | 41,28 | 274,14 |

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

|              |     |   |   |    |    |
|--------------|-----|---|---|----|----|
| Сок яблочный | 100 | 0 | 0 | 11 | 50 |
|--------------|-----|---|---|----|----|

Обед 10,5 часов; 12 часов

|                               | Вес | Б     | Ж     | У     | Эн.цен |
|-------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Щи из св.капусты с картофелем | 160 | 1,34  | 4,05  | 6,81  | 69     |
| Отварные макароны             | 110 | 4,05  | 3,31  | 19,39 | 124    |
| Котлеты из говядины           | 60  | 6,04  | 7,03  | 3,44  | 106,05 |
| 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                         | 520 | 14,73 | 14,77 | 68,58 | 471,39 |

Полдник 10,5 часов; 12 часов

|               | Вес | Б    | Ж    | У     | Эн.цен |
|---------------|-----|------|------|-------|--------|
| Печенье       | 40  | 3,75 | 8,5  | 24,1  | 225    |
| Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,01 | 8,01  | 32     |
| Итого         | 220 | 3,8  | 8,51 | 32,11 | 257    |

Ужин 12 часов

|               | Вес  | Б     | Ж     | У      | Эн.цен  |
|---------------|------|-------|-------|--------|---------|
| Оладьи        | 110  | 7,67  | 2,4   | 40,8   | 215,15  |
| Чай с сахаром | 180  | 0,05  | 0,01  | 8,01   | 32      |
| Повидло       | 15   | 0     | 0     | 12     | 42,8    |
| Итого         | 305  | 7,72  | 2,41  | 60,81  | 289,95  |
|               | 1500 | 32,05 | 34,19 | 213,98 | 1337,48 |

"23" мая 2025 г

М/сестра

Т.Н. Брошкина

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

МЕНЮ (возрастная категория 3-7 лет)

на "26" мая 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  | 136    |
| Чай с сахаром                                             | 200  | 0,05 | 0,02  | 8,9   | 35,7   |
| Итого                                                     | 415  | 6,99 | 12,09 | 54,68 | 391,95 |

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

|              |     |   |   |    |    |
|--------------|-----|---|---|----|----|
| Сок яблочный | 100 | 0 | 0 | 11 | 50 |
|--------------|-----|---|---|----|----|

Обед 10,5 часов; 12 часов

|                               | Вес | Б     | Ж     | У     | Эн.цен |
|-------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Щи из св.капусты с картофелем | 200 | 1,67  | 5,06  | 8,51  | 86,26  |
| Отварные макароны             | 130 | 4,78  | 3,91  | 22,92 | 146    |
| Котлеты из говядины           | 70  | 10,68 | 11,75 | 5,74  | 176,75 |
| Компот из смеси сухофруктов   | 200 | 0,56  | 0     | 27,9  | 113,79 |
| Хлеб ржано-пшеничный          | 30  | 1,98  | 0,33  | 12,3  | 60     |
| Хлеб пшеничный                | 30  | 2,34  | 0,24  | 14,76 | 71     |
| Итого                         | 660 | 21,01 | 21,29 | 92,13 | 653,8  |

Полдник 10,5 часов; 12 часов

|               | Вес | Б    | Ж    | У    | Эн.цен |
|---------------|-----|------|------|------|--------|
| Печенье       | 40  | 3,75 | 8,5  | 24,1 | 225    |
| Чай с сахаром | 200 | 0,05 | 0,02 | 8,9  | 35,7   |
| Итого         | 240 | 3,8  | 8,52 | 33   | 260,7  |

Ужин 12 часов

|               | Вес  | Б     | Ж     | У      | Эн.цен  |
|---------------|------|-------|-------|--------|---------|
| Оладьи        | 160  | 9,05  | 8,11  | 35,35  | 250,8   |
| Чай с сахаром | 200  | 0,05  | 0,02  | 8,9    | 35,7    |
| Повидло       | 25   | 0     | 0     | 16,5   | 66      |
| Итого         | 385  | 9,11  | 8,13  | 60,75  | 352,5   |
|               | 1800 | 40,91 | 50,03 | 251,76 | 1703,95 |

"23" мая 2025 г

М/сестра

Т.Н. Брошкина