

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

МЕНЮ (возрастная категория 1-3 года)

на "27" мая 2025 г

МЕНЮ (возрастная категория 3-7 лет)

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

на "27" 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        |      |      |      |       |        | Каша молочная, вязкая овсяная        |      |      |       |       |        |
| "Геркулес" крупой с маслом и сахаром | 150  | 3,84 | 4,55 | 42,16 | 147,86 | "Геркулес" крупой с маслом и сахаром | 180  | 4,61 | 5,46  | 27,45 | 177,43 |
| Батон с маслом                       | 20/5 | 1,53 | 4,72 | 6,53  | 85     | Батон с маслом                       | 30/5 | 2,14 | 6,61  | 12,8  | 136    |
| Чай с сахаром                        | 180  | 0,05 | 0,01 | 0,81  | 32     | Чай с сахаром                        | 200  | 0,05 | 0,02  | 8,9   | 35,7   |
| Итого                                | 355  | 5,42 | 9,28 | 56,7  | 264,86 | Итого                                | 415  | 6,8  | 12,09 | 49,15 | 349,13 |

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

Второй завтрак 10,5 часов; 12 часов

|                |     |   |   |      |    |                |     |   |   |      |    |
|----------------|-----|---|---|------|----|----------------|-----|---|---|------|----|
| Сок персиковый | 100 | 0 | 0 | 11,2 | 45 | Сок персиковый | 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 |
|-----------------------------|-----|-------|------|-------|--------|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|
| Суп картофельный с клецками | 160 | 1,34  | 2,15 | 7,77  | 55,84  | Суп картофельный с клецками | 185 | 1,55  | 2,49  | 8,98   | 64,57  |
| Отварной рис                | 100 | 2,68  | 3,94 | 26,9  | 153,8  | Отварной рис                | 130 | 3,16  | 4,66  | 31,8   | 181,74 |
| Котлеты из рыбы             | 60  | 8,09  | 2,54 | 6,41  | 85,34  | Котлеты из рыбы             | 75  | 10,26 | 3,46  | 8,14   | 108    |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,42  | 0    | 20,9  | 85,34  | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,5   | 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                       | 520 | 15,38 | 9,01 | 80,05 | 462,98 | Итого                       | 645 | 19,79 | 11,18 | 101,08 | 584,71 |

Полдник 10,5 часов; 12 часов

Полдник 10,5 часов; 12 часов

|                                        | Вес | Б    | Ж    | У     | Эн.цен |                                        | Вес | Б    | Ж    | У     | Эн.цен |
|----------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|----------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| Батон                                  | 20  | 1,5  | 0,58 | 10,28 | 53     | Батон                                  | 30  | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5   |
| Кисель из концентрата плодово-ягодного | 155 | 0,05 | 0    | 14,02 | 244,59 | Кисель из концентрата плодово-ягодного | 200 | 0,06 | 0,9  | 18,2  | 315,6  |
| Итого                                  | 175 | 1,55 | 0,58 | 24,3  | 297,59 | Итого                                  | 230 | 2,31 | 0,87 | 33,62 | 395,1  |

Ужин 12 часов

Ужин 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  | 4,05  | 3,77  | 26,74  | 157,14 | Каша молочная, вязкая с пшенной крупой с маслом и сахаром | 180  | 4,8  | 5,46  | 32,98  | 220,25  |
| Батон                                                     | 20   | 1,5   | 0,58  | 10,28  | 53     | Батон                                                     | 30   | 2,25 | 0,87  | 15,42  | 79,5    |
| Чай с сахаром                                             | 180  | 0,05  | 0,01  | 8,01   | 32     | Чай с сахаром                                             | 200  | 0,05 | 0,02  | 8,9    | 35,7    |
| Итого                                                     | 350  | 5,6   | 4,36  | 45,03  | 242,14 | Итого                                                     | 410  | 7,1  | 6,35  | 57,3   | 335,45  |
|                                                           | 1500 | 29,77 | 22,34 | 217,28 | 1312,6 |                                                           | 1800 | 36   | 30,49 | 252,35 | 1709,39 |

"26" мая 2025 г

"26" мая 2025 г

м/сестра Т.Н. Брошкина

м/сестра Т.Н. Брошкина