

«СОГЛАСОВАНО»

медсестра

д/с «Спутник» г. Балашова

О.С. Ситникова

«УТВЕРЖДАЮ»

заведующий МДОУд/с «Спутник» г.

Балашова

М.А.Трофимова

«СОГЛАСОВАНО»

медсестра

д/с «Спутник» г. Балашова

О.С. Ситникова

«УТВЕРЖДАЮ»

заведующий МДОУд/с

«Спутник» г. Балашова

М.А.Трофимова

МЕНЮ

на 07 июля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		2-3 года	3-7 лет	Энергетическая ценность	
				2-3 года	3-7 лет
10,5 часов					
Завтрак	Каша овсяная молочная жидкая	150	200	114.2	152.3
	Чай с сахаром	180	200	40	44.4
	Бутерброд с сыром	20/5/15	30/6/16	135	180
	ИТОГО	370	452	289.2	376.7
	Фруктовый сок	100	100	80	80
	ИТОГО	100	100	80	80
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	82	98
	Каша пшеничная рассыпчатая	110	130	142	198
	Птица в соусе с томатом	60	80	158	211
	Компот из сушеных фруктов	150	180	39	78
	Хлеб ржаной	20	30	37	56
	Хлеб пшеничный	30	40	79.7	106.24
	ИТОГО	520	640	600	782.24
Полдник	Булочка «Домашняя»	40	50	148	207.67
	Какао с молоком	180	200	70.5	94
	ИТОГО	220	250	218.5	301.67
ВСЕГО:				1187.7	1540.61

МЕНЮ

на 07 июля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		2-3 года	3-7 лет	Энергетическая ценность	
				2-3 года	3-7 лет
10,5 часов					
Завтрак	Каша овсяная молочная жидкая	150	200	114.2	152.3
	Чай с сахаром	180	200	40	44.4
	Бутерброд с сыром	20/5/15	30/6/16	135	180
	ИТОГО	370	452	289.2	376.7
	Фруктовый сок	100	100	80	80
	ИТОГО	100	100	80	80
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	82	98
	Каша пшеничная рассыпчатая	110	130	142	198
	Птица в соусе с томатом	60	80	158	211
	Компот из сушеных фруктов	150	180	39	78
	Хлеб ржаной	20	30	37	56
	Хлеб пшеничный	30	40	79.7	106.24
	ИТОГО	520	640	600	782.24
Полдник	Булочка «Домашняя»	40	50	148	207.67
	Какао с молоком	180	200	70.5	94
	ИТОГО	220	250	218.5	301.67
ВСЕГО:				1187.7	1540.61
12 часов					
Ужин	Картофель отварной с маслом	150	200	148	1197.3
	Чай с сахаром	180	200	40	44.4
	Хлеб	20	30	53.12	77.43
	Икра из кабачков	50	50	43.25	43.25
	ИТОГО	400	480	284.4	362.38
ВСЕГО:		1610	1888	1400	1800