



Утверждаю
Заведующий МДОУ
д/с «Ландыш» г. Балашова
Н.И. Акинина

МЕНЮ
на 21 июля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет	с 1,5 до 3 лет	с 3 до 7 лет
10,5 часов					
Завтрак	Каша манная жидкая на молоке	150,0	200,0		
	Бутерброд с маслом	40,0	40,0		
	Чай с сахаром	150,0	200,0		
	Итого	340,0	440,0	318,0	361,0
II завтрак	Яблоко свежее (фрукт)	100,0	100,0		
	Итого	100,0	100,0	84,0	84,0
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной (терм.обр.)	150,0/10,0	180,0/10,0		
	Птица тушеная, каша гречневая	160,0	200,0		
	Компот из сушеных фруктов	150,0	180,0		
	Хлеб пшеничный/ржаной	50,0	70,0		
	Итого	510,0	640,0	590,0	630,0
Полдник	Чай с сахаром	150,0	200,0		
	Яйцо варёное	1/2	1/2		
	Батон	30,0	30,0		
	Итого	200,0	250,0	165,0	270,0
12 часов					
Ужин	Каша пшенная вязкая на молоке	150,0	200,0		
	Чай с сахаром	150,0	200,0		
	Батон	30,0	30,0		
	Итого	330,0	430,0	262,0	450,0
	Всего	1480,0	1860,0	1419,0	1795,0