

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Ершова Л.П.

Заведующий ДОУ
Ершова Л.П.

Меню на 28 мая 2025г.

Возраст: 1,5-3лет

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная вязкая «Геркулес»	150	157,5
Кофейный напиток с молоком	150	70
Бутерброд с сыром	50	138
2ой завтрак		
Банан	100	89
Обед		
Салат из свежих огурцов и помидоров	40	29,12
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	75,42
Пюре из овощей	150	120
Рыба, тушенная с овощами	70	73,43
Компот из свежих яблок	150	72
Хлеб пшеничный	30	72
Хлеб ржаной	40	88
Уплотненный полдник		
Каша гречневая	150	240
Яйцо отварное	20	31,5
Чай с лимоном	150	29
Хлеб ржаной	40	88
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1470	1373

Меню на 28 мая 2025 г.

Возраст: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная вязкая «Геркулес»	200	222,5
Кофейный напиток с молоком	180	91
Бутерброд с сыром	50	138
2ой завтрак		
Банан	100	89
Обед		
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	42,36
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	83,80
Пюре из овощей	180	144
Рыба, тушенная с овощами	80	84
Компот из свежих яблок	180	86,4
Хлеб пшеничный	30	72
Хлеб ржаной	40	88
Уплотненный полдник		
Каша гречневая	200	320
Яйцо отварное	40	63
Чай с лимоном	180	41
Хлеб ржаной	40	88
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1760	1653,06

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Ершова Л.П.

Меню на 29 мая 2025г.

Возраст: 1,5-3лет

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная вязкая ячневая	150	144,37
Какао с молоком	150	89
Бутерброд с маслом сливочным	40	136
2ой завтрак		
Ряженка	150	97,5
Обед		
Салат «Тазалык»	40	51,42
Борщ с капустой и картофелем	180	73,8
Рис отварной	120	168
Гуляш из отварного мяса	120	187,5
Компот из сухофруктов	150	85,5
Хлеб пшеничный	30	72
Хлеб ржаной	40	88
Уплотненный полдник		
Суп-пюре из картофеля	180	121
Напиток из шиповника	150	61
Хлеб ржаной	40	88
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1540	1463,09

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Ершова Л.П.

Меню на 29 мая 2025г.

Возраст: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная вязкая ячневая	200	192,5
Какао с молоком	180	107
Бутерброд с маслом сливочным	40	136
2ой завтрак		
Ряженка	180	117
Обед		
Салат «Тазалык»	60	77,88
Борщ с капустой и картофелем	200	82
Рис отварной	150	210
Гуляш из отварного мяса	160	250
Компот из сухофруктов	180	102,6
Хлеб пшеничный	30	72
Хлеб ржаной	40	88
Уплотненный полдник		
Суп-пюре из картофеля	200	134,4
Напиток из шиповника	180	79
Хлеб ржаной	40	88
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1840	1736,38

Утверждаю
Заведующий ДООУ
Ершова Л.П.

Меню на 30 мая 2025г.

Возраст: 1,5-3лет

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная жидкая манная	150	120
Кофейный напиток с молоком	150	70
Бутерброд с повидлом	55	156
2ой завтрак		
Пряник	30	111
Яблоко	100	44
Обед		
Салат из свежих огурцов	40	26,24
Суп картофельный с крупой (рис)	180	65,34
Мясо, тушеное с овощами	170	228
Напиток из плодов шиповника	150	61
Хлеб пшеничный	30	72
Хлеб ржаной	40	88
Уплотненный полдник		
Булочка домашняя	110	393,8
Чай с лимоном	150	85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1355	1518,29

Утверждаю
Заведующий ДООУ
Ершова Л.П.

Меню на 30 мая 2025 г.

Возраст: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная жидкая манная	200	160
Кофейный напиток с молоком	180	91
Бутерброд с повидлом	55	156
2ой завтрак		
Пряник	30	111
Яблоко	100	44
Обед		
Салат из свежих огурцов	60	40
Суп картофельный с крупой (рис)	200	72,6
Мясо, тушеное с овощами	220	296
Напиток из плодов шиповника	180	79
Хлеб пшеничный	30	72
Хлеб ржаной	40	88
Уплотненный полдник		
Салат картофельный	60	64,2
Булочка домашняя	110	393,8
Чай с лимоном	180	102
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1645	1765,8