

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая  
МДОУ «Детский сад №55»  
Савкина Л.А. Максимова

Администрация  
Муниципального  
комитета по  
образованию  
городского округа  
Саранск

Департамент  
образования  
и науки  
Саранск

Меню

на 02 июля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая  
МДОУ «Детский сад №55»  
Савкина Л.А. Максимова

Администрация  
Муниципального  
комитета по  
образованию  
городского округа  
Саранск

Департамент  
образования  
и науки  
Саранск

Меню

на 02 июля 2025 г.

(лактазная недостаточность)

| Наименование блюд       | до 3х лет<br>(вес) | с 3х до 7<br>лет (вес) | Гкал/лорин |         |
|-------------------------|--------------------|------------------------|------------|---------|
|                         |                    |                        | ясли       | сад     |
| ЗАВТРАК                 |                    |                        |            |         |
| Каша ячневая            | 150                | 200                    | 160,29     | 213,72  |
| Батон масло             | 30/7               | 40/7                   | 121,00     | 142,00  |
| Какао                   | 180                | 200                    | 27,49      | 106,20  |
| Всего:                  | 371                | 453                    | 308,78     | 493,14  |
| ЗАВТРАК 2               |                    |                        |            |         |
| Кисель                  | 100                | 100                    | 60         | 60      |
| Всего:                  | 100                | 100                    | 60,00      | 60,00   |
| ОБЕД                    |                    |                        |            |         |
| Суп с клецками со смет. | 150                | 200                    | 107,48     | 143,30  |
| Овощное рагу с курицей  | 120                | 130                    | 131,56     | 151,56  |
| Компот из сухофруктов   | 150                | 200                    | 31,56      | 42,08   |
| Хлеб ржаной             | 40                 | 50                     | 69,60      | 87,00   |
| Всего:                  | 520                | 660                    | 479,83     | 617,57  |
| ПОЛДНИК                 |                    |                        |            |         |
| Ватрушка с творогом     | 150                | 200                    | 60,50      | 80,66   |
| Чай                     | 60                 | 80                     | 137,24     | 197,40  |
| Всего:                  | 210                | 280                    | 197,74     | 278,06  |
| УЖИН                    |                    |                        |            |         |
| Рыба под омлетом        | 150                | 200                    | 160,29     | 209,94  |
| Салат «Рубин»           | 60                 | 80                     | 139,63     | 193,63  |
| Чай черный              | 180                | 200                    | 27,49      | 36,66   |
| Хлеб пшеничный          | 30                 | 40                     | 64,08      | 85,44   |
| Всего:                  | 360                | 440                    | 251,86     | 332,04  |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ           | 1561               | 1933                   | 1298,21    | 1780,81 |

| Наименование блюд       | до 3х лет<br>(вес) | с 3х до 7<br>лет (вес) | Гкал/лорин |         |
|-------------------------|--------------------|------------------------|------------|---------|
|                         |                    |                        | ясли       | сад     |
| ЗАВТРАК                 |                    |                        |            |         |
| Каша ячневая            | 150                | 200                    | 160,29     | 213,72  |
| Батон масло             | 30/7               | 40/7                   | 121,00     | 142,00  |
| Какао                   | 180                | 200                    | 27,49      | 106,20  |
| Всего:                  | 371                | 453                    | 308,78     | 493,14  |
| ЗАВТРАК 2               |                    |                        |            |         |
| Кисель                  | 100                | 100                    | 60         | 60      |
| Всего:                  | 100                | 100                    | 60,00      | 60,00   |
| ОБЕД                    |                    |                        |            |         |
| Суп с клецками со смет. | 150                | 200                    | 107,48     | 143,30  |
| Овощное рагу с курицей  | 120                | 130                    | 131,56     | 151,56  |
| Компот из сухофруктов   | 150                | 200                    | 31,56      | 42,08   |
| Хлеб ржаной             | 40                 | 50                     | 69,60      | 87,00   |
| Всего:                  | 520                | 660                    | 479,83     | 617,57  |
| ПОЛДНИК                 |                    |                        |            |         |
| Ватрушка с творогом     | 150                | 200                    | 60,50      | 80,66   |
| Чай                     | 60                 | 80                     | 137,24     | 197,40  |
| Всего:                  | 210                | 280                    | 197,74     | 278,06  |
| УЖИН                    |                    |                        |            |         |
| Рыба под омлетом        | 150                | 200                    | 160,29     | 209,94  |
| Салат «Рубин»           | 60                 | 80                     | 139,63     | 193,63  |
| Чай черный              | 180                | 200                    | 27,49      | 36,66   |
| Хлеб пшеничный          | 30                 | 40                     | 64,08      | 85,44   |
| Всего:                  | 360                | 440                    | 251,86     | 332,04  |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ           | 1561               | 1933                   | 1298,21    | 1780,81 |