



МЕНЮ

на «12»сентября 2024.

| Наименование блюда | до 3х лет (вес) | с 3х до 7 лет (вес) | Гкаалории |
|-----------------------------|--------------------|------------------------|----------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| Каша «Нежность» с молоком | 150 | 200 | 160,29 |
| Батон масло | 30/7 | 40/7 | 137,24 |
| Коф. напиток с молоком | 180 | 200 | 79,65 |
| Всего: | 367 | 447 | 517,32 |
| ЗАВТРАК 2 | | | |
| Кисель | 100 | 100 | 60 |
| Всего: | 100 | 100 | 60 |
| ОБЕД | | | |
| Суп «Курдячный» со сметаной | 150 | 200 | 107,48 |
| Плов с курицей | 150 | 200 | 139,63 |
| Салат «Витаминный» | 40 | 60 | 65,56 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 31,56 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 69,60 |
| Всего: | 490 | 650 | 563,41 |
| ПОЛДНИК | | | |
| Молоко кипяченое | 180 | 200 | 60,50 |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | 137,24 |
| Всего: | 240 | 260 | 278,06 |
| УЖИН | | | |
| Омлет натуральный | 150 | 200 | 160,29 |
| Чай черный | 180 | 200 | 27,00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 64,08 |
| Всего: | 385 | 440 | 303,08 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | 1582 | 1897 | 1351,83 |
| | | | 1809,89 |
| | | | 1809,89 |

(лактазная недостаточность)

| Наименование блюда | до 3х лет (вес) | с 3х лет (вес) | с 3х до 7 лет (вес) | Гкаалории |
|--------------------------|--------------------|-------------------|------------------------|----------------|
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша «Нежность» | 150 | 200 | 160,29 | 218,72 |
| Батон масло | 30/7 | 40/7 | 137,24 | 197,40 |
| Коффейный напиток | 180 | 200 | 79,65 | 106,20 |
| Всего: | 367 | 447 | 447 | 517,32 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | |
| Кисель | 100 | 100 | 60 | 60 |
| Всего: | 100 | 100 | 60 | 60 |
| ОБЕД | | | | |
| Суп «Курдячный» со смет. | 150 | 200 | 107,48 | 188,48 |
| Плов с курицей | 150 | 200 | 139,63 | 186,17 |
| Салат «Витаминный» | 40 | 60 | 65,56 | 97,50 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 31,56 | 42,08 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 69,60 | 87,00 |
| Всего: | 490 | 650 | 563,41 | 87,00 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Молоко кипяченое | 180 | 200 | 60,50 | 80,66 |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | 137,24 | 197,40 |
| Всего: | 240 | 260 | 197,74 | 278,06 |
| УЖИН | | | | |
| Омлет натуральный | 150 | 200 | 160,29 | 209,94 |
| Чай черный | 180 | 200 | 27,00 | 36,66 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 64,08 | 85,44 |
| Всего: | 385 | 440 | 303,08 | 391,10 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | 1582 | 1897 | 1351,83 | 1815,21 |

УТВЕРЖДАЮ
Саранскский суд №55
МДОУ Детский сад №55
на «12»сентября 2024 г.
наименование учреждения "Детский сад №55"
Максимова



МЕНЮ

на «12»сентября 2024.

(лактазная недостаточность)

| Наименование блюда | до 3х лет (вес) | с 3х лет (вес) | с 3х до 7 лет (вес) | Гкаалории |
|--------------------------|--------------------|-------------------|------------------------|----------------|
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша «Нежность» | 150 | 200 | 160,29 | 218,72 |
| Батон масло | 30/7 | 40/7 | 137,24 | 197,40 |
| Коффейный напиток | 180 | 200 | 79,65 | 106,20 |
| Всего: | 367 | 447 | 447 | 517,32 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | |
| Кисель | 100 | 100 | 60 | 60 |
| Всего: | 100 | 100 | 60 | 60 |
| ОБЕД | | | | |
| Суп «Курдячный» со смет. | 150 | 200 | 107,48 | 188,48 |
| Плов с курицей | 150 | 200 | 139,63 | 186,17 |
| Салат «Витаминный» | 40 | 60 | 65,56 | 97,50 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 31,56 | 42,08 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 69,60 | 87,00 |
| Всего: | 490 | 650 | 563,41 | 87,00 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Молоко кипяченое | 180 | 200 | 60,50 | 80,66 |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | 137,24 | 197,40 |
| Всего: | 240 | 260 | 197,74 | 278,06 |
| УЖИН | | | | |
| Омлет натуральный | 150 | 200 | 160,29 | 209,94 |
| Чай черный | 180 | 200 | 27,00 | 36,66 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 64,08 | 85,44 |
| Всего: | 385 | 440 | 303,08 | 391,10 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | 1582 | 1897 | 1351,83 | 1815,21 |