

МАОУ СОШ №9 имени П. А. Солыпина г.Балашов

УТВЕРЖДАЮ

09.06.2025

Возрастная категория: 2-3 года

Длительность пребывания воспитанников в детском саду:

10,5ч

12,0 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная	150	114,60	150	114,60
	Кофейный напиток	160	70,00	160	70,00
	Вафля	30	1,8	30	1,8
Итого на завтрак		340	186,40	340	186,40
Второй завтрак	Яблоко	100	44,40	100	44,40
Итого на второй завтрак		100	44,40	100	44,40
Обед	Суп с бобовыми	150	94,19	150	94,19
	Гуляш	50/110	185/80,80	50/110	185/80,80
	Гречка отварная	150	80,80	150	80,80
	Компот из сухофруктов	25	67,00	25	67,00
	Хлеб ржаной	25	60,00	25	60,00
Итого на обед		510	587,51	510	587,51
Полдник	Молоко кипяченое	150	115,20	150	115,20
	Батон	30	130,00	30	130,00
Итого на полдник		180	245,20	180	245,20
Ужин	Суп молочный пшенный			150	120,11
	Чай с сахаром			180	28,10
	Батон			30	130,00
Итого на ужин				360	278,21
Итого за день		1130	1063,51	1490	1341,72

УТВЕРЖДАЮ

09.06.25 методический кабинет: (Н.А.Семилетова)

Возрастная категория: 3-6 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду:

10,5 ч

12,0 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная	180	130,0	150	130,0
	Кофейный напиток	190	90,0	180	90,0
	Вафля	30	1,8	40	1,8
Итого на завтрак		400	221,8	400	221,8
Второй завтрак	Яблоко	100	44,40	100	44,40
Итого на второй завтрак		100	44,40	100	44,40
Обед	Суп с бобовыми	180	107,8	180	107,8
	Гуляш	70/120	200/145,5	70/120	200/145,5
	Гречка отварная				
	Компот из сухофруктов	180	101,7	180	101,7
	Хлеб пшеничный	30	100,00	30	100,00
	Хлеб ржаной	30	80,00	30	80,00
Итого на обед		610	735	610	735
Полдник	Молоко кипяченое	170	102	170	102
	Батон	50	129,00	50	129,00
Итого на полдник		220	231	220	365,00
Ужин	Суп молочный пшеничный			200	225
	Чай с сахаром			190	54,56
	Батон			50	120,00
Итого на ужин				440	399
Итого за день		1330	1232,2	1770	16313,2