

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

УТВЕРЖДАЮ

23.06.2025

Возрастная категория: 2-3года

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 молочная геркулесовая	150	114,60	150	114,60
	Кофейный напиток	160	70,00	160	70,00
	Печенье	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	Щи	150	94,19	150	94,19
	Гречка отварная с курицей	120	192,00	120	192,00
	Компот из сухофруктов	180	80,80	180	80,80
	Хлеб пшеничный	25	67,00	25	67,00
	Хлеб ржаной	25	60,00	25	60,00
Итого на обед		500	493,99	500	493,99
Полдник	Чай с сахаром	180	50,00	180	50,00
	Батон	30	135,00	30	135,00
Итого на полдник		210	185,00	210	185,00
Ужин	Суп молочный пшеничный			150	106,11
	Чай с сахаром			180	28,10
	Батон			30	67,00
Итого на ужин				360	278,21
Итого за день		1150	909,79	1510	1188

УТВЕРЖДАЮ

23.06.25 *Методический кабинет* / *М.Н. Сиверстова*

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 молочная геркулесовая	180	179,00	50	179,00
	Кофейный напиток	190	90,00	200	90,00
	Печенье	30	80,00	40	80,0
Итого на завтрак		400	349,00	400	349,00
Второй завтрак	Яблоко	100	44,40	100	44,40
Итого на второй завтрак		100	44,40	100	44,40
Обед	Щи	180	107,8	180	107,8
	Гречка отварная с курицей	150	205,00	150	205,00
	Компот из сухофруктов	200	101,7	200	101,7
	Хлеб пшеничный	30	100,00	30	100,00
	Хлеб ржаной	30	80,00	30	80,00
Итого на обед		590	594,5	590	594,5
Полдник	Чай с сахаром	200	70,99	200	70,99
	Батон	50	170,00	50	170,00
Итого на полдник		250	240,99	250	240,99
Ужин	Суп молочный пшеничный			200	225,00
	Чай с сахаром			200	54,00
	Батон			50	120,00
Итого на ужин				450	399,00
Итого за день		1340	1228,89	1790	1627,89