



Меню 7

Утверждаю:		Дата : 11.03.2025				Согласовано:										
		Детский сад № 198 Центрального района Волгограда														
		Ясли				Сад				24 часа						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак																
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130				150				150							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10							
БАТОН	30				30				30							
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0				0							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0				50				50							
Итого за прием пищи:	355	11,7	10,8	31,7	316	430	18,7	24,3	32,0	426,9	430	18,7	24,3	32,0	426,9	
2 Завтрак																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200				200							
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	30				50				50							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15				180/25				180/25							
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20				150/30				150/30							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35				40				40							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0				0							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				50				0							
Итого за прием пищи:	550	21,3	11,9	81,4	538,4	705	29,1	18,8	115,0	767,1	655	25,1	15,8	85,4	606,2	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70				70							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				150							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				200				200							
БАТОН	60				30				40							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	20				20				50							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0				200							
Итого за прием пищи:	420	17,5	17,54	77,44	505,8	450	21,3	15,9	67,5	506,3	710	25,4	20,1	118,0	775,2	
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180							
Итого за прием пищи:	0				0				180				5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		51,4	40,44	208,24	1435,3		70,1	59,2	234,1	1 783,7		75,3	64,8	262,0	1 984,2	