

Меню 1

Утверждаю:

Дата : 03.03.2025

Согласовано:



**Детский сад № 315
Центрального района
Волгограда**



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа			
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак																
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	160				180					180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200					200						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40				30/10					30/10						
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1	
2 Завтрак																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200					200						
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4	
Обед																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				0					0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50					50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				150					150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40					20						
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	624,4	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					70/30						
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130					130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15				50					50						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200						
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	654,8	730,0	21,1	20,5	121,7	768,8	
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:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1 930,2	