

Утверждаю:		Дата : 06.03.2025				Согласовано:				Меню 4				
		Детский сад № 315 Центрального района Волгограда												
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа				
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														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150				180				180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7					
БАТОН	50				0				0					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0				0					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0				40/5/15				40/5/15					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200				200				200					
Итого за прием пищи:	565	10,3	7,9	64,2	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5	637	12,7	13,7	63,6
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
Обед														
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	30				60				60					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30				70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130				130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				20					
Итого за прием пищи:	560	16,1	14,4	84,1	521,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6	730	24,7	21,2	99,3
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)														
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50				70				70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				130					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				0					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0				0				180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				50				45					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50				50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200					
Итого за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,8	500	22,1	18,8	94,5	641,0	692	21,9	19,8	121,1
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:		41,3	36,9	238,8	1432,9		60,5	53,9	277,0	1 866,5		65,4	59,3	310,6