



Меню 7																	
Утверждаю:			Дата : 11.03.2025						Согласовано:								
			Детский сад № 315 Центрального района Волгограда														
			Ясли			Сад											
Прием пищи, наименование блюда			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал					
Масса порции			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции					
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			