


Меню 8										
Утверждаю:		Дата : 12.03.25				Согласовано:				
		Детский сад № 47 Центрального района Волгограда								
Сад 24 часа										
Прием пищи, наименование блюда	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	
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180				180					
КАКАО С МОЛОКОМ	180				180					
БАТОН	20				20					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1				1					
Итого за прием пищи:	425	18,4	14,1	54,6	420,5	425	18,4	14,1	54,6	420,5
2 Завтрак										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				200					
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	50				50					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5				180/5					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40					
Итого за прием пищи:	622	23,4	24,0	53,7	533,4	622	23,4	24,0	53,7	533,4
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30				70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				190/10					
Итого за прием пищи:	510	23,6	20,4	114,9	761,3	710	23,7	20,4	124,7	800,7
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за весь день:										
		77,8	59,3	242,2	1806,4		71,4	63,7	259,0	1938,3