

Утверждаю:		Меню 2				Согласовано:				
Дата: 24.03.25		Детский сад № 2 Центрального района Волгограда				Заведующий МОУ Сухомлинский В.В.				
Приним. пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				
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										
Яичное блюдо (омлет)	130				130					
Молоко кипяченое	150				200					
Батон	40				50					
Овощи по сезону (морковь отварная)	30				0					
Итого за прием пищи:	350	15,8	13,3	36,2	374,2	400	24,7	25,3	37,9	485,2
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										
Салат из свеклы	30				50					
Суп с крупой на бульоне	150				180					
Голубцы ленивые	120/15				140/30					
Кисель из повидла, джема, варенья	150				180					
Хлеб пшеничный	20				50					
Хлеб пшеничный	25				20					
Итого за прием пищи:	510	13,1	14,5	66	455,7	650	20,6	17,7	84,9	590,8
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)										
Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным сладким с ванилью	130/60				150/60					
Какао с молоком	180				200					
Хлеб пшеничный	30				40					
Кондитерские изделия (печенье)	0				20					
Итого за прием пищи:	400	17,8	17,1	64,7	456,3	470	30,5	24,5	77,0	663,0
Всего за день:		47,5	45,7	205,9	1407,4		76,6	68,3	218,8	1 835,2