

Меню 4

Утверждаю:

Дата: 23.04.25

Согласовано:

Детский сад № 155 Центрального района Волгограда



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	24 часа				Энергетическая ценность, ккал
		Пищевые вещества						Пищевые вещества						Пищевые вещества				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак																		
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРВЧНЕВОЙ)	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	440,5	637		
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	200		
Обед																		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	30					60					60							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					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	701,6	730		
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					0							
БАТОН	0					0					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	701,6	730		
2 Ужин																		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180							
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	180	5,1		
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	2 000,0			