

Меню 1

Утверждаю:

Дата: 31.03.2025

Согласовано:

Детский сад № 198
Центрального района
Волгограда

Зав. Салаутин
Салаутин

24 часа

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа				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 КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	160					180					180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10					30/10						
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1		
2 Завтрак																	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200						
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4		
Обед																	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20						
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	624,4		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																	
ТВФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30						
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50					50						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200						
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	654,8	730,0	21,1	20,5	121,7	768,8		
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:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1 930,2		