

Утверждаю:		Дата: 19 марта 2025 г.		Меню 13		Согласовано				
Заведующий МОУ Детским садом № 37		Детский сад № 37 Центрального района Волгограда		Заведующий МОУ Детским садом № 37		П.А.Трапезникова				
Если		Сад		24 часа						
Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			
и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150			180			180			
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160			180			180			
БАТОН	50			0			0			
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0			30/5/20			30/5/20			
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	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
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соленые)	30			50			50			
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150			180			180			
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30			70/30			70/30			
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120			130			130			
КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			180			180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40			50			50			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			30			30			
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7
Уплотненный полдник(если и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50			70			70			
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	0			150			150			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10			190/10			190/10			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			30			30			
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50			50			50			
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0			0			200			
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0			0			180			
Итого за прием пищи:	0			0			180			
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8
							64,1	48,9	310,3	1 976,1