

Меню 19

Утверждаю: 	Дата: 10 2025	Согласовано: 
Детский сад № 315 Центрального района Волгограда		
Ясли		Сад № 315 24 часа
Присоединение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества Белки, г Жиры, г Углеводы, г
		Энергетическая ценность, ккал
	Масса порции	Пищевые вещества Белки, г Жиры, г Углеводы, г
		Энергетическая ценность, ккал

Завтрак

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50				50						
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130				150				150						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200				200						
БАТОН	40				30				30						
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8

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

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				50				50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150				150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40				40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				50				50						
Итого за прием пищи:	520	19,5	15,8	56,5	448,6	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)

КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				70				70						
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120				150				150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30				30						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				0				50						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0				0				200						
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	482,06	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9

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:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5