

Меню 19

Утверждаю:

ДЛЯ

Дата: 24.04.2025

Согласовано:

Детский сад №100 Центрального
района Волгограда

Заведующий
Дет. сад. №100
района Волгограда
И.И. Майерсман

Прием 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

Икра кабачковая консервированная	30					50				
Яичное блюдо (омлет)	130					150				
Чай с молоком или сливками	150					200				
Батон	40					30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	48

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	8

Обед

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

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

КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30				
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	482,06	450	22,1	21,0	72,8	
Всего за день:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	