

Утверждаю: 		Дата: 11.04.25		Согласовано: 		
		Детский сад № 155				
		Центрального района				
		Волгограда				
		Ясли		Сад		
		24 часа				
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
		Масса порции			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
		Масса порции			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20	
БАТОН	40				20	
Итого за прием пищи:	395	14,6	10,2	88,5	507,9	
2 Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	200				200	
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соленные)	30				50	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0				30	
Итого за прием пищи:	520	19,1	16,9	50,9	436,4	
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40	
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0	
Итого за прием пищи:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	
2 Ужин						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				180	
Итого за прием пищи:	0				180	
Всего за день:		49,0	43,4	224,8	1 467,2	
		59,5	46,9	266,0	1 745,9	
		62,8	49,1	282,0	1 84	