

Утверждаю:		Меню 16 Дата: 14.04.25 Детский сад № 91 Центрального района Волгограда		Согласовано:						
Принимать пищу, наименование блюда		Сад		24 часа						
Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал					
г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180			180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200			200						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20			30/5/20						
БАТОН	20			20						
Итого за прием пищи:	455	15,2	10,9	90,5	455	15,2	10,9	90,5	525,6	
2 Завтрак										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	200				200					
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соленные)	50				50					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180				180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				180					
ХЛЕБ ПЕЧЕНАРИЙ	40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				0					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	30				0					
Итого за прием пищи:	630	21,7	20,6	76,1	588,7	600	19,4	17,7	53,8	455,6
Уплотняющий полдник (если и сад) / полдник и ужин (24 часа)										
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				40					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				200					
Итого за прием пищи:	490	21,8	14,6	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7	681,9
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				180					
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		59,5	46,9	266,0	1 745,9		62,8	49,1	282,0	1 846,8