

Меню 11																
Утверждаю:			Дата : 14.04.2025				Согласовано:									
			Детский сад № 315 Центрального района Волгограда													
Прием пищи, наименование блюда			Ясли				Сад				24 часа					
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	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			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак																
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (рисовой)	150				180				180				180			
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				180				180				180			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0				0				0			
БАТОН	45				0				0				0			
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				35/10				35/10				35/10			
Итого за прием пищи:	350	10,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1	368,6	
2 Завтрак																
ЯБЛОКИ, ФАШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				110				110				110			
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты Соленые)	30				50				50				50			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180				180			
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150				150				150			
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30				30				30			
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180				180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50				50			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				30				30			
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				50				50				50			
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50				70/50				70/50			
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150				150				150			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7				180/10/7				180/10/7			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35				35				35			
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50				50			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200				200			
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838,1	
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180				180			
Итого за прием пищи:	0				0				180				5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084,9	