

Меню 19

Утверждаю:	Дата : 24.04.2025				Согласовано:					
	Детский сад № 315 Центрального района Волгограда									
	Ясли				Сад № 315 24 часа					
Примечание, наименование блюда	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				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	
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	
Обед										
Овощи по сезону	30				50				50	
Суп с макаронными изделиями на бульоне	150				180				180	
Птица, тушеная в соусе с овощами	150				150				150	
Компот из сушеных фруктов	150				200				200	
Хлеб пеклеваный	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	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
Котлеты, биточки, паницели 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	