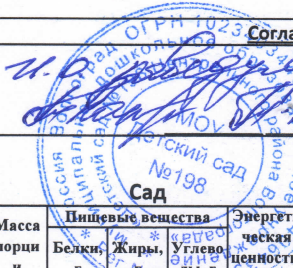


Меню 20																		
Утверждаю:			Дата : 20.04.2025					Согласовано:										
			Детский сад № 198 Центрального района Волгограда															
			Ясли					Сад										
Прием пищи, наименование блюда			Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	24 часа					
			и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак																		
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150						180						180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160						200						200					
БАТОН	40						50						50					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5						0						0					
Итого за прием пищи:	355	13,6	8,1	61,9	373,7	430	15,2	8,1	78,5	447,5	430	15,2	8,1	78,5	447,5			
2 Завтрак																		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200						200						200					
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2			
Обед																		
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30						50						50					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150						180						180					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50						70						70					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110						130						130					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150						180						180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20						40						40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25						30						30					
Итого за прием пищи:	535	15,8	19	92,9	593,96	680	24,5	28,4	112,6	816,1	680	24,5	28,4	112,6	816,1			
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(томаты соленные)	40						50						50					
ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30						0						0					
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	0						140/50						140/50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10						190/10						190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						30						30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0						0						50					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0						0						200					
Итого за прием пищи:	400	12	11,8	51,2	375,7	470	15,2	14,0	49,6	407,5	720	22,0	21,4	102,4	713,3			
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:		41,4	39,8	218,0	1 407,0		53,6	52,8	243,5	1 808,5		65,5	64,6	303,3	2 106,8			