

Меню 1



Дата: 28.04.2025

Детский сад № 100 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Заведующий М/с М.И. Айвазова

Ясли

Сад

Прием пищи, 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

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	160					180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10				
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
ЖАРКОВ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150				
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40				
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	
Всего за день:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	