

|                                                                                                                                                   |                                                  |         |             |                               |              |                                                                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |         |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------|--|
| <div>Утверждаю: </div> <div>Приним пищи, наименование блюда</div> | Дата: 05.05.23                                   |         | Меню 6      |                               |              |                                                                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |         |  |
|                                                                                                                                                   | Детский сад № 189 Центрального района Волгограда |         |             |                               |              | Согласовано:  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |         |  |
| 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                                                                                                                                           |                                                  |         |             |                               |              |                                                                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |         |  |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                                                                                                              | 150                                              |         |             |                               | 180          |                                                                                                 |         |             | 180                           |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                                                                                     | 150/7/3,5                                        |         |             |                               | 180/10/7     |                                                                                                 |         |             | 180/10/7                      |              |                  |         |             |                               |         |  |
| БАТОН                                                                                                                                             | 50                                               |         |             |                               | 30           |                                                                                                 |         |             | 30                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                                                                                                    | 5                                                |         |             |                               | 10           |                                                                                                 |         |             | 10                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                                              | 365                                              | 11,2    | 6,4         | 59,5                          | 340,7        | 417                                                                                             | 12,1    | 8,1         | 56,8                          | 348,0        | 417              | 12,1    | 8,1         | 56,8                          | 348,0   |  |
| 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                                                                                                                                              |                                                  |         |             |                               |              |                                                                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленные)                                                                                                                  | 30                                               |         |             |                               | 50           |                                                                                                 |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ                                                                                                            | 150                                              |         |             |                               | 180          |                                                                                                 |         |             | 180                           |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                                                                                                   | 120/15                                           |         |             |                               | 140/50       |                                                                                                 |         |             | 140/50                        |              |                  |         |             |                               |         |  |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                                                                                                         | 150                                              |         |             |                               | 200          |                                                                                                 |         |             | 200                           |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                                                                                  | 50                                               |         |             |                               | 50           |                                                                                                 |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                                                    | 25                                               |         |             |                               | 50           |                                                                                                 |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                                              | 540                                              | 15,3    | 12,9        | 69,2                          | 463          | 720                                                                                             | 23,4    | 16,0        | 90,6                          | 612,4        | 720              | 23,4    | 16,0        | 90,6                          | 612,4   |  |
| Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)                                                                                           |                                                  |         |             |                               |              |                                                                                                 |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ                                                                               | 150/40                                           |         |             |                               | 150/50       |                                                                                                 |         |             | 150/60                        |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                                                                                     | 150/7/3,5                                        |         |             |                               | 180/10/7     |                                                                                                 |         |             | 180/10/7                      |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                                                    | 20                                               |         |             |                               | 20           |                                                                                                 |         |             | 45                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                                                                                                                 | 50                                               |         |             |                               | 50           |                                                                                                 |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |         |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ                                                                                                  | 0                                                |         |             |                               | 0            |                                                                                                 |         |             | 190/10                        |              |                  |         |             |                               |         |  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                                              | 400                                              | 16      | 22,3        | 89,5                          | 586,6        | 467                                                                                             | 24,9    | 22,1        | 88,3                          | 659,3        | 702              | 27,0    | 22,9        | 111,0                         | 765,4   |  |
| 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:                                                                                                                                    |                                                  | 43,3    | 42,4        | 237,2                         | 1 481,5      |                                                                                                 | 61,2    | 47,0        | 254,7                         | 1 810,9      |                  | 68,4    | 52,2        | 284,4                         | 1 909,5 |  |