

Утверждаю:		Меню 12					Согласовано:									
		Дата: 13.01.25														
		Детский сад № 208 Центрального района Волгограда														
		Ясли					Сад					24 часа				
Прем пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак																
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150						180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150						200					200				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20						30/5/20					30/5/20				
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
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	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30						0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0						50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150						180					180				
ПЛОВ ИЗ ПШЕНИЦЫ	130						150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150						180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20						50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40						0					20				
Итого за прием пищи:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8	879,0	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30						50					50				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50						70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120						130					130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180						180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30						40					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0						0					50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0						0					200				
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	470	16,7	15,4	69,5	806,6	720	24,4	23,6	123,2	827,0	
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	0						0					180				
Итого за прием пищи:	0						0					180	5,1	4,4	7,0	92,4
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,4	