Утверждаю:

Меню 2

Дата : 29.04.2025 г.

Детский сад № 315

Центрального района Волгограда

Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	40					25					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
Итого за прием пищи:	**380**	**9,5**	**5,8**	**53,8**	**303,4**	**420**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**	**420**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200					200				
Итого за прием пищи:	**380**	**1,7**	**1,0**	**36,7**	**166,3**	**400**	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**	**400**	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20					20				
Итого за прием пищи:	**480**	**14,8**	**20,4**	**76,6**	**509,8**	**610**	**37,9**	**38,5**	**85,8**	**848,2**	**620**	**38,0**	**39,1**	**86,6**	**857,2**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					50					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20					20					0				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**437**	**14,4**	**13,8**	**71,1**	**434,9**	**487**	**20,2**	**13,0**	**76,9**	**514,4**	**707**	**22,1**	**13,9**	**115,0**	**682,2**
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:		**40,4**	**41**	**238,2**	**1414,4**		**72,0**	**61,7**	**252,5**	**1 874,2**		**79,1**	**67,6**	**298,4**	**2 143,5**