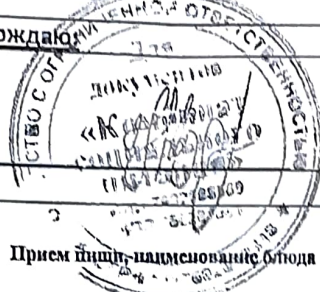


Утверждаю														Меню 3																																							
														Дата : 30.04.2025 г.																																							
														Детский сад № 315 Центрального района Волгограда																																							
														Согласовано:																																							
														МОУ Детский сад № 315																																							
3														Ясли										Сад										сад № 315										24 часа									
Присм 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 (МАННАЯ)														150								180								180																							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ														180/10								190/10								190/10																							
БАТОН														20								20								20																							
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)														1								1								1																							
Итого за присм пищи:														405		13,2		9		47,2		323,4		445		14,4		9,8		51,8		351,7		445		14,4		9,8		51,8		351,7											
														2 Завтрак																																							
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)														180								200								200																							
Итого за присм 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																																							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ														30								50								50																							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ														150/10								180/10								180/10																							
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)														150								150								150																							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ														150/7/3,5								180/10/7								180/10/7																							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ														20								40								40																							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ														20								20								20																							
Итого за присм пищи:														540		14,6		12,1		58,5		426,7		647		16,4		12,5		72,1		487,1		647		16,4		12,5		72,1		487,1											
														Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																																							
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)														40								60								60																							
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ														50/30								70/30								70/30																							
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)														110								130								130																							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ														180								180								180																							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ														30								60								60																							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА														0								50								0																							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ														0								0								50																							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ														0								0								200																							
Итого за прием пищи:														440		15,3		17,8		82,6		547,76		580		28,5		26,6		130,6		892,5		780		31,3		31,0		153,8		1 037,4											
														2 Ужин																																							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)														0								0								180																							
Итого за прием пищи:														0								0								180		5,1		4,4		7,0		92,4															
Всего за день:																44		39,1		206		1402				60,3		49,1		274,1		1 815,3				36,4		35,4		160,8		1 129,8											