

Меню 11																	
Утверждаю:		Дата : 12 мая 2025 г.						Согласовано:									
		Детский сад № 315						Детский сад № 315									
		Центрального района Волгограда															
Прием пищи, наименование блюда		Ясли						24 часа									
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал				
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г			
Завтрак																	
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (рисовой)	150					180					180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					180					180						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0						
БАТОН	45					0					0						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0					35/10					35/10						
Итого за прием пищи:	350	10,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1	368,6		
2 Завтрак																	
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					110					110						
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0		
Обед																	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты Соленые)	30					50					50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180						
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					150					150						
СОУС ТОМАТНЫЙ	0					30					30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30						
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																	
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30					50					50						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30					70/50					70/50						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150					150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					35					35						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200						
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838,1		
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:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084,9		