
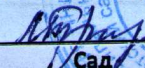


Меню 16															
Утверждаю: 					Дата: 21 апреля 2025 г					Согласовано:					
					Детский сад № 37 Центрального района Волгограда					Заведующий МОУ Детским садом № 37  Л.А.Трапезникова					
					Ясли					Сад					
					24 часа										
Прием пищи, наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
					и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180				180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200				200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20				30/5/20					
БАТОН	40					20				20					
Итого за прием пищи:	395	14,6	10,2	88,5	507,9	455	15,2	10,9	90,5	525,6	455	15,2	10,9	90,5	525,6
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					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150					180				180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150				150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0				0					
кондитерские изделия (печенье)	0					30				0					
Итого за прием пищи:	520	19,1	16,9	50,9	436,4	630	21,7	20,6	76,1	580,7	600	19,4	17,7	53,8	455,6
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70				70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40				40					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0				200					
Итого за прием пищи:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,6	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7	681,9
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:		49,0	43,4	224,8	1 467,2		59,5	46,9	266,0	1 745,9		62,8	49,1	282,0	1 846,8