

|                                                                                  |          |                                                                        |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Утверждаю:                                                                       |          | Дата : 16.08.25<br>Детский сад № 155<br>Центрального района Волгограда |                  |         |             |                               | Согласовано: |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
|  |          |                                                                        |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
|                                                                                  |          | Ясли                                                                   |                  |         |             |                               | Сад          |                  |         |             |                               | 24 часа      |                  |         |             |                               |
| Принем пищи; наименование блюда                                                  |          | 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                                                                          |          |                                                                        |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)                                               | 150      |                                                                        |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             |                               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                       | 150      |                                                                        |                  |         |             | 200                           |              |                  |         |             | 200                           |              |                  |         |             |                               |
| БАТОН                                                                            | 45       |                                                                        |                  |         |             | 40                            |              |                  |         |             | 40                            |              |                  |         |             |                               |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                                   | 5        |                                                                        |                  |         |             | 10                            |              |                  |         |             | 10                            |              |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                                             | 350      | 11,3                                                                   | 8,7              | 47      | 313,4       | 430                           | 13,7         | 11,4             | 52,8    | 369,6       | 430                           | 13,7         | 11,4             | 52,8    | 369,6       |                               |
| 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                                                                             |          |                                                                        |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                                 | 30       |                                                                        |                  |         |             | 50                            |              |                  |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |
| СУП С КРУПКОЙ НА БУЛЬОНЕ                                                         | 150      |                                                                        |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             |                               |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                                    | 130      |                                                                        |                  |         |             | 150                           |              |                  |         |             | 150                           |              |                  |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛЯ, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ                                                | 150      |                                                                        |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             |                               |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                 | 20       |                                                                        |                  |         |             | 50                            |              |                  |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                   | 20       |                                                                        |                  |         |             | 20                            |              |                  |         |             | 20                            |              |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                                             | 500      | 16,2                                                                   | 20,7             | 88,5    | 564,8       | 630                           | 37,0         | 38,1             | 98,2    | 887,2       | 630                           | 37,0         | 38,1             | 98,2    | 887,2       |                               |
| Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)                          |          |                                                                        |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ                                              | 50       |                                                                        |                  |         |             | 70                            |              |                  |         |             | 70                            |              |                  |         |             |                               |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                                                         | 110      |                                                                        |                  |         |             | 150                           |              |                  |         |             | 150                           |              |                  |         |             |                               |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                    | 180/10/7 |                                                                        |                  |         |             | 180/10/7                      |              |                  |         |             | 180/10/7                      |              |                  |         |             |                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                   | 20       |                                                                        |                  |         |             | 30                            |              |                  |         |             | 35                            |              |                  |         |             |                               |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                                                 | 50       |                                                                        |                  |         |             | 0                             |              |                  |         |             | 50                            |              |                  |         |             |                               |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                                                       | 0        |                                                                        |                  |         |             | 0                             |              |                  |         |             | 200                           |              |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                                             | 427      | 14                                                                     | 15,9             | 72,7    | 500,86      | 447                           | 16,9         | 21,3             | 51,0    | 481,8       | 702                           | 24,3         | 26,8             | 98,7    | 751,8       |                               |
| 2 Ужин                                                                           |          |                                                                        |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)                                                     | 0        |                                                                        |                  |         |             | 0                             |              |                  |         |             | 180                           |              |                  |         |             |                               |
| Итого за прием пищи:                                                             | 0        |                                                                        |                  |         |             | 0                             |              |                  |         |             | 180                           | 5,1          | 4,4              | 7,0     | 92,2        |                               |
| Всего за день:                                                                   |          | 42,3                                                                   | 46,1             | 227,2   | 1 470,3     |                               | 68,4         | 71,6             | 221,0   | 1 829,8     |                               | 80,9         | 81,5             | 275,7   | 2 192,2     |                               |