

Утверждаю:		Дата : 14.05.2025		Меню 13		Согласовано:										
		Детский сад № 198 Центрального района Волгограда														
Прием пищи, наименование блюда		Ясли		Сад		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	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак																
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150			180			180			180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160			180			180			180						
БАТОН	50			0			0			0						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0			30/5/20			30/5/20			30/5/20						
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1	457,7	
2 Завтрак																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180			200			200			200						
Итого за прием 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(Огурцы соленные)	30			50			50			50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150			180			180			180						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30			70/30			70/30			70/30						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120			130			130			130						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			180			180			180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40			50			50			50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			30			30			30						
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2	636,7	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50			70			70			70						
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120			150			150			150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10			190/10			190/10			190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			30			30			30						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50			50			50			50						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0			0			0			200						
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0	700	22,8	14,0	117,4	706,1	
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0			0			180			180						
Итого за прием пищи:	0			0			180	5,1	4,4	7,0	92,5					
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3	1 976,4	