

Утверждаю:		Дата: 14.06.2025				Согласовано:										
		Детский сад № 14 Центрального района Волгограда														
		Ясли				24 часа										
Масса порции		Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции		Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Завтрак																
КАША вязкая молочная (рисовая)	150					180							180			
ЧАЙ с молоком или сливками	150					180							180			
БАТОН	20					0							0			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0							0			
БУТЕРБРОД с СЫРОМ	0					30/5/10							30/5/10			
Итого за прием пищи:	355	7,7	10,4	48	321,2	405	9,8	16,2	57,0	425,4	405	9,8	16,2	57,0		
2 Завтрак																
СОК в АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					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		
Обед																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0							0			
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50							50			
БОРЩ на БУЛЬОНЕ со СМЕТАНОЙ	150/5					180/5							180/5			
ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ (говядина)	50/30					70/30							70/30			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ	110					130							130			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180							180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					40							40			
Итого за прием пищи:	545	15,4	19,3	79,4	530,2	685	21,2	24,6	93,7	696,6	685	21,2	24,6	93,7		
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)																
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ	130/50					150/60							150/60			
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (Кефир)	180					200							0			
БАТОН	40					40							45			
ЧАЙ с ЛИМОНОМ	0					0							180/10/7			
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0					0							50			
ЧАЙ с САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0							190/10			
Итого за прием пищи:	400	24,4	18,8	55	563,1	450	36,7	27,4	58,5	647,3	702	35,6	27,5	110,2		
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0							180			
Итого за прием пищи:	0					0							180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		48,4	48,7	200,1	1 489,6		68,7	68,4	228,8	1 852,7		72,7	72,9	287,5		