

Меню 4																
Утверждаю:		Дата : 29.05.2025 г.		Согласовано:												
		Детский сад № 315 Центрального района Волгограда		 Детский сад № 315												
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа						
		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 КРУПой (ГРЕЧНЕВОЙ)		150				180					180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/3,5				180/10/7					180/10/7					
БАТОН		50				0					0					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		5				0					0					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		0				40/5/15					40/5/15					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)		200				200					200					
Итого за прием пищи:		565	10,3	7,9	64,2	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5	637	12,7	13,7	63,6	440,5
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	83,4
Обед																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленные)		30				60					60					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ		150				0					0					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ		0				180					180					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)		50/30				70/30					70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		110				130					130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		150				200					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		20				40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20				20					20					
Итого за прием пищи:		560	16,1	14,4	84,1	521,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		50				70					70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110				130					130					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ		180/10				190/10					0					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		0				0					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20				50					0					
БАТОН		0				0					45					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА		50				50					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		0				0					200					
Итого за прием пищи:		420	14	14,4	72,8	460,8	500	22,1	18,8	94,5	641,0	692	21,9	19,8	121,1	756,8
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)		0				0					180					
Итого за прием пищи:		0				0					180					
Всего за день:			41,3	36,9	238,8	1432,9		60,5	53,9	277,0	1 866,5		65,4	59,3	310,6	2 074,8