


Меню 1

| | | |
|--|---|--|
| Утверждаю:  | Дата: « 26 » мая 2025 | Согласовано |
| | Детский сад № 37 Центрального района Волгограда | Заведующий МОУ Детским садом № 37 Л.А. Трапезникова |

| 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 КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) | 160 | | | | 180 | | | | | 180 | | | | | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 150 | | | | 200 | | | | | 200 | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40 | | | | 30/10 | | | | | 30/10 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,4 | 7,7 | 45,4 | 312,6 | 420 | 9,7 | 14,4 | 45,8 | 361,1 | 420 | 9,7 | 14,4 | 45,8 | 361,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|-----|-----|-----|------|------|-----|---|-----|------|------|-----|---|-----|------|------|
| 2 Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный) | 180 | | | | 200 | | | | | 200 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83,4 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|------|------|------|-------|-----|------|------|------|-------|-----|------|------|------|-------|
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | | | | 0 | | | | | 0 | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 0 | | | | 50 | | | | | 50 | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ | 150 | | | | 180 | | | | | 180 | | | | | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | | | | 150 | | | | | 150 | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 150 | | | | 180 | | | | | 180 | | | | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 20 | | | | 50 | | | | | 50 | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | | | 40 | | | | | 20 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 520 | 23,5 | 21,6 | 60,1 | 531,9 | 650 | 27,7 | 21,8 | 89,9 | 673,1 | 630 | 26,1 | 21,7 | 79,5 | 621,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|------|------|------|--------|-----|------|------|------|--------|-------|------|------|-------|-------|
| Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа) | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина) | 50/30 | | | | 70/30 | | | | | 70/30 | | | | | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | | | | 130 | | | | | 130 | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10 | | | | 190/10 | | | | | 190/10 | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | | | | 50 | | | | | 50 | | | | | |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | | | | 50 | | | | | 50 | | | | | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 0 | | | | 0 | | | | | 200 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 445 | 14,2 | 15,1 | 77,0 | 491,0 | 530 | 21,0 | 20,5 | 93,3 | 654,8 | 730,0 | 21,1 | 20,5 | 121,7 | 761,1 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---|------|------|-------|---------|--|------|------|-------|---------|--|------|------|-------|---------|
| 2 Ужин | | | | | | | | | | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир) | 0 | | | | 0 | | | | | 180 | | | | | |
| Итого за прием пищи: | 0 | | | | 0 | | | | | 180 | | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 9,9 |
| Всего за день: | | 48,0 | 44,6 | 200,2 | 1 410,6 | | 59,4 | 56,9 | 268,8 | 1 802,4 | | 63,0 | 61,2 | 273,6 | 1 992,4 |