

| Меню 8                                                                                     |           |      |                                                  |                  |          |             |                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|--------------------------------------------------|------------------|----------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--|--|
| Утверждаю:  |           |      | Дата : 04.06.2025 г.                             |                  |          |             | Согласовано:  |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
|                                                                                            |           |      | Детский сад № 315 Центрального района Волгограда |                  |          |             |                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
|                                                                                            |           |      | Ясли                                             |                  |          |             | Сад                                                                                            |              |                  | 24 часа |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| Присл. 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                                                                                    |           |      |                                                  |                  |          |             |                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                                                       | 150       |      |                                                  |                  | 180      |             |                                                                                                |              | 180              |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                              | 150/7/3,5 |      |                                                  |                  | 180/10/7 |             |                                                                                                |              | 180/10/7         |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| БАТОН                                                                                      | 50        |      |                                                  |                  | 30       |             |                                                                                                |              | 30               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                                             | 5         |      |                                                  |                  | 10       |             |                                                                                                |              | 10               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| Итого за прием пищи:                                                                       | 365       | 11,2 | 6,4                                              | 59,5             | 340,7    | 417         | 12,1                                                                                           | 8,1          | 56,8             | 348,0   | 417         | 12,1                          | 8,1          | 56,8             | 348,0   |             |                               |  |  |
| 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                                                                                       |           |      |                                                  |                  |          |             |                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                                                                            | 30        |      |                                                  |                  | 50       |             |                                                                                                |              | 50               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ                                                     | 150       |      |                                                  |                  | 180      |             |                                                                                                |              | 180              |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                                            | 120/15    |      |                                                  |                  | 140/50   |             |                                                                                                |              | 140/50           |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                                                  | 150       |      |                                                  |                  | 200      |             |                                                                                                |              | 200              |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                           | 50        |      |                                                  |                  | 50       |             |                                                                                                |              | 50               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                             | 25        |      |                                                  |                  | 50       |             |                                                                                                |              | 50               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| Итого за прием пищи:                                                                       | 540       | 15,3 | 12,9                                             | 69,2             | 463      | 720         | 23,4                                                                                           | 16,0         | 90,6             | 612,4   | 720         | 23,4                          | 16,0         | 90,6             | 612,4   |             |                               |  |  |
| Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)                                    |           |      |                                                  |                  |          |             |                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ                        | 130/40    |      |                                                  |                  | 150/50   |             |                                                                                                |              | 150/60           |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                              | 150/7/3,5 |      |                                                  |                  | 180/10/7 |             |                                                                                                |              | 180/10/7         |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                             | 20        |      |                                                  |                  | 20       |             |                                                                                                |              | 45               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                                                          | 50        |      |                                                  |                  | 50       |             |                                                                                                |              | 50               |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ                                           | 0         |      |                                                  |                  | 0        |             |                                                                                                |              | 190/10           |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| Итого за прием пищи:                                                                       | 400       | 16   | 22,3                                             | 89,5             | 586,6    | 467         | 24,9                                                                                           | 22,1         | 88,3             | 659,3   | 702         | 27,0                          | 22,9         | 111,0            | 765,4   |             |                               |  |  |
| 2 Ужин                                                                                     |           |      |                                                  |                  |          |             |                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)                                                               | 0         |      |                                                  |                  | 0        |             |                                                                                                |              | 180              |         |             |                               |              |                  |         |             |                               |  |  |
| Итого за прием пищи:                                                                       | 0         |      |                                                  |                  | 0        |             |                                                                                                |              | 180              | 5,1     | 4,4         | 7,0                           | 92,5         |                  |         |             |                               |  |  |
| Всего за день:                                                                             |           | 43,3 | 42,4                                             | 237,2            | 1481,5   |             | 61,2                                                                                           | 47,0         | 254,7            | 1 810,9 |             | 68,4                          | 52,2         | 284,4            | 1 909,5 |             |                               |  |  |