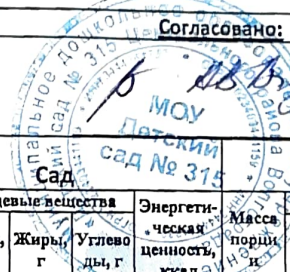


Меню 18

Утверждаю:	Дата : 18.06.2025 г.					Согласовано:														
	Детский сад № 315 Центрального района Волгограда																			
					Ясли					24 часа										
Прием 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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)					150				180/5				180/5							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ					180/10				190/10				190/10							
БАТОН					40				25				25							
СЫР (ПОРЦИЯМИ)					0				10				10							
Итого за прием пищи:					380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	400	12,1	9,2	51,2	337,0	
2 Завтрак																				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)					180				200				200							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)					200				200				200							
Итого за прием пищи:					380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6	174,6	
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					30				50				60							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ					150				180				180							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ					130				150				150							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ					150				180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ					40				30				30							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					20				20				20							
Итого за прием пищи:					520	17,6	20,7	94,8	596,6	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6	857,2	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)					50/30				70/30				70/30							
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)					110				150				150							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ					180/10/7				180/10/7				180/10/7							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					25				20				20							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА					0				0				50							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ					0				0				200							
Итого за прием пищи:					412	10,7	12,3	48,5	342,5	467	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	103,6	702,	
2 Ужин																				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)					0				0				180							
Итого за прием пищи:					0				0				180	5,1	4,4	7,0	92			
Всего за день:						39,5	39,8	233,8	1 408,8		66,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0	2 163	