

Меню 13																					
Утверждаю:		Дата: 11.06.25					Согласовано:														
		Детский сад №224 Центрального района Волгограда																			
		Ясли					Сад					МОУ					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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150						180						180								
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160						180						180								
БАТОН	50						0						0								
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0						30/5/20						30/5/20								
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1	457,7						
2 Завтрак																					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	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(Огурцы свежие)	30						50						50								
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150						180						180								
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30						70/30						70/30								
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120						130						130								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150						180						180								
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40						50						50								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						30						30								
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2	636,7						
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50						70						70								
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120						150						150								
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10						190/10						190/10								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						30						30								
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50						50						50								
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0						0						200								
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0	700	22,8	14,0	117,4	706,7						
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:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3	1 976,2						