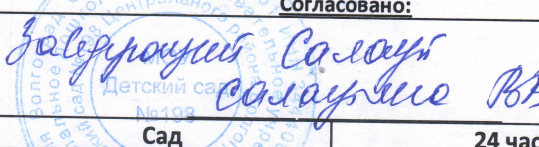


Утверждаю:		Меню 3										Согласовано:									
		Дата : 28.05.2025																			
		Детский сад № 198 Центрального района Волгограда																			
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа											
Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	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 САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10			190/10				190/10													
БАТОН	20			20				20													
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1			1				1													
Итого за прием пищи:	405	13,2	9	47,2	323,4	445	14,4	9,8	51,8	351,7	445	14,4	9,8	51,8	351,7						
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	30				50				50												
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10				180/10				180/10												
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150				150				150												
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7												
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40				40												
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				20												
Итого за прием пищи:	540	14,6	12,1	58,5	426,7	647	16,4	12,5	72,1	487,1	647	16,4	12,5	72,1	487,1						
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																					
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40				60				60												
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/30				70/30				70/30												
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110				130				130												
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				180				180												
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				60				60												
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				50				0												
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0				0				50												
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				0				200												
Итого за прием пищи:	440	15,3	17,8	82,6	547,76	580	28,5	26,6	130,6	892,5	780	31,3	31,0	153,8	1 037,4						
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:		44	39,1	206	1402		60,3	49,1	274,1	1 815,3		36,4	35,4	160,8	1 129,9						