

Утверждаю:		Дата : 29.05.2025				Меню 4											
		Детский сад № 198 Центрального района Волгограда				Согласовано: Заведующий Садом № 198											
						24 часа											
		Ясли				Сад											
		Пищевые вещества				Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	
Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак																	
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150					180					180						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7						
БАТОН	50					0					0						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15					40/5/15						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200						
Итого за прием пищи:	565	10,3	7,9	64,2	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5	637	12,7	13,7	63,6	440,5		
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(Томаты соленные)	30					60					60						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180					180						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130					130						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20						
Итого за прием пищи:	560	16,1	14,4	84,1	521,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																	
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70					70						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					0						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0					180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50					0						
БАТОН	0					0					45						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200						
Итого за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,8	500	22,1	18,8	94,5	641,0	692	21,9	19,8	121,1	756,8		
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:			41,3	36,9	238,8	1432,9		60,5	53,9	277,0	1 866,5		65,4	59,3	310,6	2 074,8	