

Меню 9														
Утверждаю:			Дата : 05.06.25			Согласовано:								
			Детский сад № 198			Сотрудник 182								
			Центрального района Волгограда											
			Ясли			Сад			24 часа					
			Масса порции	Пищевые вещества			Масса порции	Пищевые вещества			Масса порции	Пищевые вещества		
Прием пищи, наименование блюда				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150						180					180		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150						180					180		
БАТОН	50						30					30		
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0						10					10		
Итого за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	400	17,9	12,5	59,4 422,7
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														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30						50					50		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10						180/10					180/10		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5						150					150		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150						180					180		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40						50					50		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0						20					20		
Итого за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8	668,8	640	26,9	19,9	86,8 668,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)														
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50						150/50					150/60		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180						200					0		
БАТОН	40						50					0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0						0					40		
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0						0					50		
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0						0					190/10		
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0						0					200		
Итого за прием пищи:	400	24,3	17,9	57,1	562,9	450	37,1	26,3	64,9	663,5	700	36,1	25,7	109,0 839,2
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:		53,8	46,3	198,9	1491,6		82,9	58,9	230,7	1 804,3		87,0	62,7	281,8 2 072,5