

Меню 10																
Утверждаю:		Дата : 06.06.2025					Согласовано:									
		Детский сад №198 Центрального района Волгограда					Зав. Сад №198									
Прием пищи, наименование блюда		Ясли					Сад №198					24 часа				
		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	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200					
БАТОН	40					30					30					
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8	
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(Огурцы соленные)	30					50					50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50					50					
Итого за прием пищи:	540	15,5	15,3	66,9	450,1	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70					70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					0					200					
Итого за прием пищи:	400	15,8	15,6	73,7	487,56	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	126,2	890,9	
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:		46,5	45,7	198,9	1409,76		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5	