

Утверждаю:		Дата « 18 » июня 2025		Согласовано										
		Детский сад № 37 Центрального района Волгограда		Заведующий МОУ Детским садом № 37 Л.А.Трапезникова										
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа				
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														
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150				180/5					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10				
БАТОН	40				25					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0				10					10				
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	400	12,1	9,2	51,2
2 Завтрак														
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	180				200					200				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				200					200				
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50					60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	150				180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					20				
Итого за прием пищи:	520	17,6	20,7	94,8	596,6	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)														
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					70/30				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				20					20				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200				
Итого за прием пищи:	412	10,7	12,3	48,5	342,5	467	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	103,6
2 Ужин														
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	0				0					180				
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	
Всего за день:		39,5	39,8	233,8	1 408,8		66,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0