

Утверждаю		Меню 3		Согласовано	
		Дата: « 25 » июня 2025			
		Детский сад № 37 Центрального района Волгограда		Заведующий МОУ Детским садом № 37	
		Ясли		24 часа	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150				180
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10
БАТОН	20				20
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1				1
Итого за прием пищи:	405	13,2	9	47,2	323,4
2 Завтрак					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180				200
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10				180/10
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150				150
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20
Итого за прием пищи:	540	14,6	12,1	58,5	426,7
Уплотненный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)					
ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40				60
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/30				70/30
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110				130
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				60
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0
кондитерские изделия	0				50
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				200
Итого за прием пищи:	440	15,3	17,8	82,6	547,76
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				180
Итого за прием пищи:	0				180
Всего за день:		44	39,1	206	1402
		60,3	49,1	274,1	1815,3
		36,4	35,4	160,8	1100,8