Меню 13

Утверждаю: | **Дата :** 09.07.2025 | **Согласовано:** Зав. производством

Детский сад №198 Центрального района Волгограда

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					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	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160					180					180				
БАТОН	50					0					0				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0					30/5/20					30/5/20				
Итого за прием пищи:	**360**	**13,6**	**7,4**	**63,8**	**387,4**	**415**	**13,3**	**10,2**	**77,1**	**457,7**	**415**	**13,3**	**10,2**	**77,1**	**457,7**
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	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 свежие)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					130				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30				
Итого за прием пищи:	**590**	**15,9**	**14,7**	**78,2**	**496,4**	**720**	**21,9**	**20,1**	**89,2**	**636,7**	**720**	**21,9**	**20,1**	**89,2**	**636,7**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**410**	**10,8**	**12,2**	**59,3**	**377,8**	**500**	**22,1**	**13,7**	**97,3**	**608,0**	**700**	**22,8**	**14,0**	**117,4**	**706,1**
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:		**40,6**	**43,0**	**239,6**	**1 457,6**		**58,3**	**44,2**	**283,2**	**1 785,8**		**64,1**	**48,9**	**310,3**	**1 976,4**