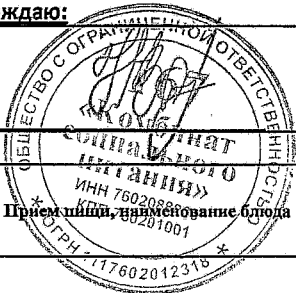
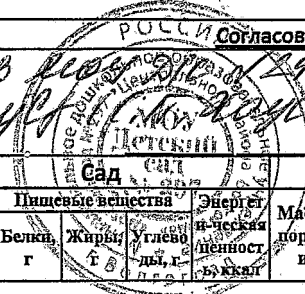


| Утверждаю:                                                                         |                  | Дата 23.07 2025                                  |              | Меню 3           |                               | Согласовано: |                  |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|    |                  | Детский сад № 297 Центрального района Волгограда |              | 300              |                               | 297          |                  |
|  |                  | Ясли                                             |              | Сад              |                               | 24 часа      |                  |
| Масса порции                                                                       | Пищевые вещества | Энергетическая ценность, ккал                    | Масса порции | Пищевые вещества | Энергетическая ценность, ккал | Масса порции | Пищевые вещества |
| г                                                                                  | Белки, г         | Жиры, г                                          | Углеводы, г  | г                | Белки, г                      | Жиры, г      | Углеводы, г      |
| Завтрак                                                                            |                  |                                                  |              |                  |                               |              |                  |
| КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)                                                               | 150              |                                                  |              | 180              |                               |              | 180              |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ                                   | 180/10           |                                                  |              | 190/10           |                               |              | 190/10           |
| БАТОН                                                                              | 20               |                                                  |              | 20               |                               |              | 20               |
| ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)                                                        | 1                |                                                  |              | 1                |                               |              | 1                |
| Итого за прием пищи:                                                               | 405              | 13,2                                             | 9            | 47,2             | 323,4                         | 445          | 14,4             |
| 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              |
| Обед                                                                               |                  |                                                  |              |                  |                               |              |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)                                                    | 30               |                                                  |              | 50               |                               |              | 50               |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ                                | 150/10           |                                                  |              | 180/10           |                               |              | 180/10           |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)                                | 150              |                                                  |              | 150              |                               |              | 150              |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                      | 150/7/3,5        |                                                  |              | 180/10/7         |                               |              | 180/10/7         |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                   | 20               |                                                  |              | 40               |                               |              | 40               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                     | 20               |                                                  |              | 20               |                               |              | 20               |
| Итого за прием пищи:                                                               | 540              | 14,6                                             | 12,1         | 58,5             | 426,7                         | 647          | 16,4             |
| Уплотненный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)                          |                  |                                                  |              |                  |                               |              |                  |
| ПУРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)                                                | 40               |                                                  |              | 60               |                               |              | 60               |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ                             | 50/30            |                                                  |              | 70/30            |                               |              | 70/30            |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)                                             | 110              |                                                  |              | 130              |                               |              | 130              |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                                            | 180              |                                                  |              | 180              |                               |              | 180              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                     | 30               |                                                  |              | 60               |                               |              | 60               |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                                                   | 0                |                                                  |              | 50               |                               |              | 0                |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                                                               | 0                |                                                  |              | 0                |                               |              | 50               |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ                                                         | 0                |                                                  |              | 0                |                               |              | 200              |
| Итого за прием пищи:                                                               | 440              | 15,3                                             | 17,8         | 82,6             | 547,76                        | 580          | 28,5             |
| 2 Ужин                                                                             |                  |                                                  |              |                  |                               |              |                  |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)                                                      | 0                |                                                  |              | 0                |                               |              | 180              |
| Итого за прием пищи:                                                               | 0                |                                                  |              | 0                |                               |              | 180              |
| Всего за день:                                                                     |                  | 44                                               | 39,1         | 206              | 1402                          |              | 60,3             |