

Меню 5

Утверждаю:		Дата : 22.08.25				Согласовано:					
		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда				Заведующий МОУ Детский сад № 71 Переходова М.Н.					
		Сад				24 часа					
Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Масса порции	Пищевые вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак											
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20					
Итого за прием пищи:	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
2 Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200					200					
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед											
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50					50					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	180					180					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20					
Итого за прием пищи:	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8	879,0	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)											
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					50					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70					70					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					40					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50					
КАКАО С МОЛОКОМ	0					200					
Итого за прием пищи:	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,7	
2 Ужин											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180					
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0	