

Меню 5

Утверждаю:	Дата : 22.08.2025										Согласовано:									
	Детский сад № 155 Центрального района Волгограда																			
	Ясли										Сад № 155									
	24 часа																			
Прием пищи, наименование блюда	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 (геркулесовая)	150				180				180											
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200											
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20											
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4					
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	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4					
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0				0											
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50											
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180											
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150				150											
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180											
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0				20											
Итого за прием пищи:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	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	30				50				50											
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70				70											
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130				130											
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180				180											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40				40											
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				0				50											
КАКАО С МОЛОКОМ	0				0				200											
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,7					
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	239,6	1457,6		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0					