

Меню 19																
Утверждаю:		Дата : 11.09.25				Согласовано:										
		Детский сад № 198 Центрального района Волгограда				Зав. Садом Савельев В.В.										
		Ясли				Сад Детский сад № 198 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																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50					
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200					
БАТОН	40					30					30					
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8	
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																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					50					50					
Итого за прием пищи:	520	19,5	15,8	56,5	448,6	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70					70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					0					200					
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	482,06	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9	
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:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5	