

Меню 19 :

Утверждаю:	Дата : 06.11.25	Согласовано:
	Детский сад № 198 Центрального района Волгограда	

Прием пищи, наименование блюда	Ясли				Масса порции	24 часа				Масса порции				
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал

Завтрак

Икра кабачковая консервированная	30					397	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			430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	48

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	8

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
-------------------------------------	----	--	--	--	--	--	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	
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 1