

Утверждаю:

Дата: 12.12 2025

Детский сад № 297

Центрального района

Волгограда

Ясли

24 часа

Прием пищи, наименование блюда

Масло
порции
и

Пищевые вещества		
Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г
10,0	10,0	10,0
20,0	20,0	20,0
30,0	30,0	30,0
40,0	40,0	40,0
50,0	50,0	50,0
60,0	60,0	60,0
70,0	70,0	70,0
80,0	80,0	80,0
90,0	90,0	90,0
100,0	100,0	100,0

Энергетическая ценность

Мас
пор
и

Пищевые вещества		
Белки,	Жиры,	Угле-
г	г	лы г

Энерг
ческа
дейно

Масса порции	Пищевые вещества	
	Белки, г	Жиры, г

Углерод

Энергетическая ценность

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 НЕКЛЕВАННЫЙ	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