

Утверждаю:		Меню 18				Дата : 3.12.25				Согласовано:			
		Детский сад № 77 Центрального района Волгограда				Заведующий садом Директор центра Медсестра							
Прием пищи, наименование блюда		Сад				24 часа							
		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		
		и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		и	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак													
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5						180/5						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10						190/10						
БАТОН	25						25						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10						10						
Итого за прием пищи:	420	12,1	9,2	51,2		337,0	400	12,1	9,2	51,2		337,0	
2 Завтрак													
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	200						200						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200						200						
Итого за прием пищи:	400	1,8	1,0	38,6		174,6	400	1,8	1,0	38,6		174,6	
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50						60						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	180						180						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150						150						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180						180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30						30						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						20						
Итого за прием пищи:	610	37,9	38,5	85,8		848,2	620	38,0	39,1	86,6		857,2	
Уплотненный полдник(если и сад)/полдник и ужин(24 часа)													
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	70/30						70/30						
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150						150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7						180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						20						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0						50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0						200						
Итого за прием пищи:	467	14,8	18,4	45,6		427,6	717	18,9	21,4	103,6		702,5	
2 Ужин													
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0						180						
Итого за прием пищи:	0						180	5,1	4,4	7,0		92,5	
Всего за день:		66,6	67,1	221,2		1 787,4		75,9	75,1	287,0		2 163,8	