

Утверждаю:		Меню 19 Дата: 4.12.25				Согласовано:					
		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда				Заведующий МДОУ Детский сад № 71 Терелова И.И.					
		Сад				24 часа					
Прием пищи, наименование блюда		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											
Икра кабачковая консервированная	50						50				
Яичное блюдо (омлет)	150						150				
Чай с молоком или сливками	200						200				
Батон	30						30				
Итого за прием пищи:	430	21,6	26,8	37,8		484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак											
Сок в ассортименте (яблочный)	200						200				
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6		83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед											
Овощи по сезону	50						50				
Суп с макаронными изделиями на бульоне	180						180				
Птица, тушенная в соусе с овощами	150						150				
Компот из сушеных фруктов	200						200				
Хлеб пеклеваный	40						40				
Хлеб пшеничный	50						50				
Итого за прием пищи:	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 рубленые	70						70				
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150						150				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10						190/10				
Хлеб пшеничный	30						30				
Кондитерские изделия (печенье)	0						50				
Кофейный напиток с молоком	0						200				
Итого за прием пищи:	450	22,1	21,0	72,8		579,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9
2 Ужин											
Кисломолочный продукт (кефир)	0						180				
Итого за прием пищи:	0						180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		68,6	64,4	218,6		1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5