

Меню 1

тверждаю:	Дата : 08.12.2025	Согласовано:
	Детский сад № 100	по утверждению заведующей
	Центрального района	
	Волгограда	



		Ясли					Сад					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																
УП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	160					180					180					
АЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200					
УТЕРЬБРОД С МАСЛОМ	40					30/10					30/10					
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1	
2 Завтрак																
ОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200					
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4	
Обед																
КРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50					
УП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ А БУЛЬОНЕ	150					180					180					
САЛАТ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20					
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	624,4	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
ПЕШТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30					
СУПЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130					
САЛАТ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, КОЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50					50					
ПЕШЕЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50					
НАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200					
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	654,8	730,0	21,1	20,5	121,7	768,8	
2 Ужин																
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180					
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1 930,2	