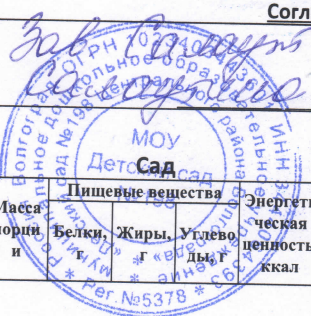


Меню 16																			
Утверждаю:				Дата : 01.12.2025				Согласовано:											
				Детский сад № 198															
				Центрального района Волгограда															
Прием пищи, наименование блюда				Ясли				Сад				24 часа							
				Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал					
Масса порции				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак																			
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)				150				180				180							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ				150				200				200							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ				30/5/20				30/5/20				30/5/20							
БАТОН				40				20				20							
Итого за прием пищи:				395		14,6	10,2	88,5	507,9	455	15,2	10,9	90,5	525,6	455	15,2	10,9	90,5	525,6
2 Завтрак																			
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)				200				200				200							
Итого за прием пищи:				200		0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед																			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленные)				30				50				50							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ				150				180				180							
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ				150				150				150							
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ				150				180				180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ				20				40				40							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ				20				0				0							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)				0				30				0							
Итого за прием пищи:				520		19,1	16,9	50,9	436,4	630	21,7	20,6	76,1	580,7	600	19,4	17,7	53,8	455,6
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																			
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ				50				70				70							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ				110				130				150							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ				180/10				190/10				190/10							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ				20				40				40							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ				50				50				50							
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ				0				0				200							
Итого за прием пищи:				420		14,5	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,6	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7	681,9
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:						49,0	43,4	224,8	1 467,2		59,5	46,9	266,0	1 745,9		62,8	49,1	282,0	1 846,8