

Утверждаю:		Дата : 22.12.2025				Меню 11				Согласовано:					
		Детский сад № 198				Зав. Садом				Сад					
Центрального района Волгограда															
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал				
г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	150				180				180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				180				180						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0				0						
БАТОН	45				0				0						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				35/10				35/10						
Итого за прием пищи:	350	10,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1	368,6
2 Завтрак															
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				110				110						
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты Соленые)	30				50				50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150				150						
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30				30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				30						
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				50				50						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50				70/50						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150				150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7				180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35				35						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200						
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838,1
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:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084,9