

Утверждаю: _____		Дата: 09.12.2025		Меню 2					
Согласовано: _____		Детский сад № 315		Центрального района Волгограда					
ОСНОВНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ		Ясли		Сад					
Питание		24 часа		24 часа					
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак									
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150				180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				
БАТОН	40				25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0				10				
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2
2 Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	200				200				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180				200				
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0				180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20				
Итого за прием пищи:	480	14,8	20,4	76,6	509,8	610	37,9	38,5	85,8
Уплотненный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)									
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	20				20				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	487	20,2	13,0	76,9
2 Ужин									
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0				
Итого за прием пищи:	0				0				
Всего за день:		40,4	41	238,2	1414,4		72,0	61,7	252,5