

## Меню 5



Дата : 12.12.2025 .

Детский сад № 315  
Центрального района  
Волгограда

Согласовано:



Завершено  
15.12.2025

## 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

КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150					180									
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200									
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20									
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4

## 2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4

## Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180									
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150									
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180									
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0									
Итого за прием пищи:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8	879,0

## Уплотненный полдник(ясли и сад)/поздник и ужин(24 часа)

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50									
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50					70									
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					130									
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИЛОВНИКА	180					180									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					40									
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0									
КАКАО С МОЛОКОМ	0					0									
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,7

## 2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0									
Итого за прием пищи:	0					0									
Всего за день:		40,6	43	239,6	1457,6		66,3	63,3	252,7	1880,4		80,6	76,0	323,1	2340,0