


Утверждаю:		Дата : 12.12.2025		Меню 5		Согласовано:					
		Детский сад № 315		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
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>											
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150				180					180	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200					200	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20					30/5/20	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>11</b>	<b>10,1</b>	<b>62,2</b>	<b>387,2</b>	<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>	<b>435</b>
<b>2 Завтрак</b>											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200					200	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>
<b>Обед</b>											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0					0	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50					50	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150					150	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50					50	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0					20	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>17,9</b>	<b>20,5</b>	<b>100,4</b>	<b>617,5</b>	<b>610</b>	<b>35,4</b>	<b>36,1</b>	<b>90,1</b>	<b>833,0</b>	<b>630</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>											
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					50	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70					70	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130					130	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180					180	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40					40	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				0					50	
КАКАО С МОЛОКОМ	0				0					200	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,8</b>	<b>12,2</b>	<b>59,3</b>	<b>377,8</b>	<b>470</b>	<b>16,7</b>	<b>15,4</b>	<b>69,5</b>	<b>506,6</b>	<b>720</b>
<b>2 Ужин</b>											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1 4,4 7,0 92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43</b>	<b>239,6</b>	<b>1457,6</b>		<b>66,3</b>	<b>63,3</b>	<b>252,7</b>	<b>1 880,4</b>	<b>80,6 76,0 323,1 2 340,0</b>