

Утверждаю:

Меню 9

Дата: 18.12.2025

Согласовано:

Детский сад № 315
Центрального района Волгограда

Ясли

24 часа

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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150						180					180				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150						180					180				
БАТОН	50						30					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0						10					10				
Итого за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	400	17,9	12,5	59,4	422	

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,

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30						50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10						180/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5						150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150						180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40						50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0						20					20				
Итого за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8	668,8	640	26,9	19,9	86,8	668,8	

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

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50						150/50					150/60						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180						200					0						
БАТОН	40						50					0						
ХЛЕБ пшеничный	0						0					40						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0						0					50						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0						0					190/10						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0						0					200						
Итого за прием пищи:	400	24,3	17,9	57,1	562,9	450	37,1	26,3	64,9	663,5	700	36,1	25,7	109,0	839,2			

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:		53,8	46,3	198,9	1491,6		82,9	58,9	230,7	1 804,3		87,0	62,7	281,8	2 072,5