

Утверждаю:

Дата: 25.12.2025

Согласовано:

Детский сад № 315
Центрального района Волгограда



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа				Энергетическая ценность, ккал
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак																	
Икра кабачковая консервированная	30						50						50				
Яичное блюдо (омлет)	130						150						150				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	180/10						190/10						190/10				
Батон	40						20						20				
Итого за прием пищи:	390	11,8	12,3	39,2	360,2	420	17,9	24,0	26,9	400,7	420	17,9	24,0	26,9	400,		
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																	
Овощи по сезону(Томаты соленные)	30						50						50				
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	150						180						180				
Голубцы ленивые	120/15						140/30						140/50				
Компот из свежих плодов	150						180						180				
Хлеб пеклеванный	20						40						40				
Хлеб пшеничный	20						20						20				
Итого за прием пищи:	505	12,3	13,8	54,7	402,3	640	19,6	16,6	69,6	516,3	660	20,0	17,4	71,0	533,5		
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																	
Фрикадельки в соусе (говядина)	50/30						70/30						70/30				
Макаронные изделия отварные с маслом	110						130						130				
Напиток из плодов шиповника	180						180						180				
Хлеб пшеничный	30						30						30				
Булочка ванильная	50						50						50				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	0						0						190/10				
Икра свекольная или морковная (морковная)	0						0						50				
Итого за прием пищи:	450	19,4	18,6	104	646,9	490	23,4	21,9	101,5	718,3	740	24,6	24,3	116,9	807,6		
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:		44,4	44,9	215,6	1 484,5		61,9	62,7	217,6	1 818,7		68,6	70,3	241,4	1 917,5		