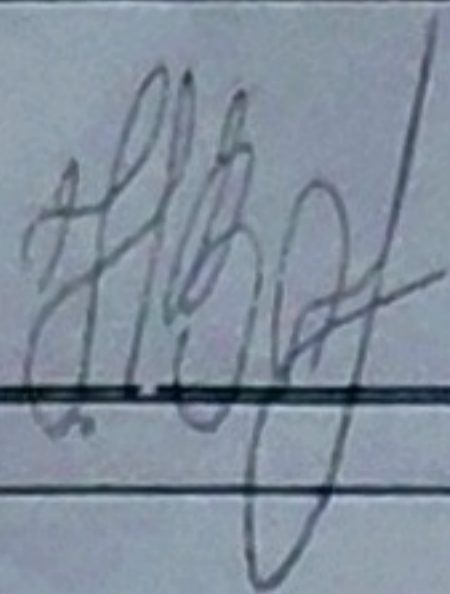


Меню 1

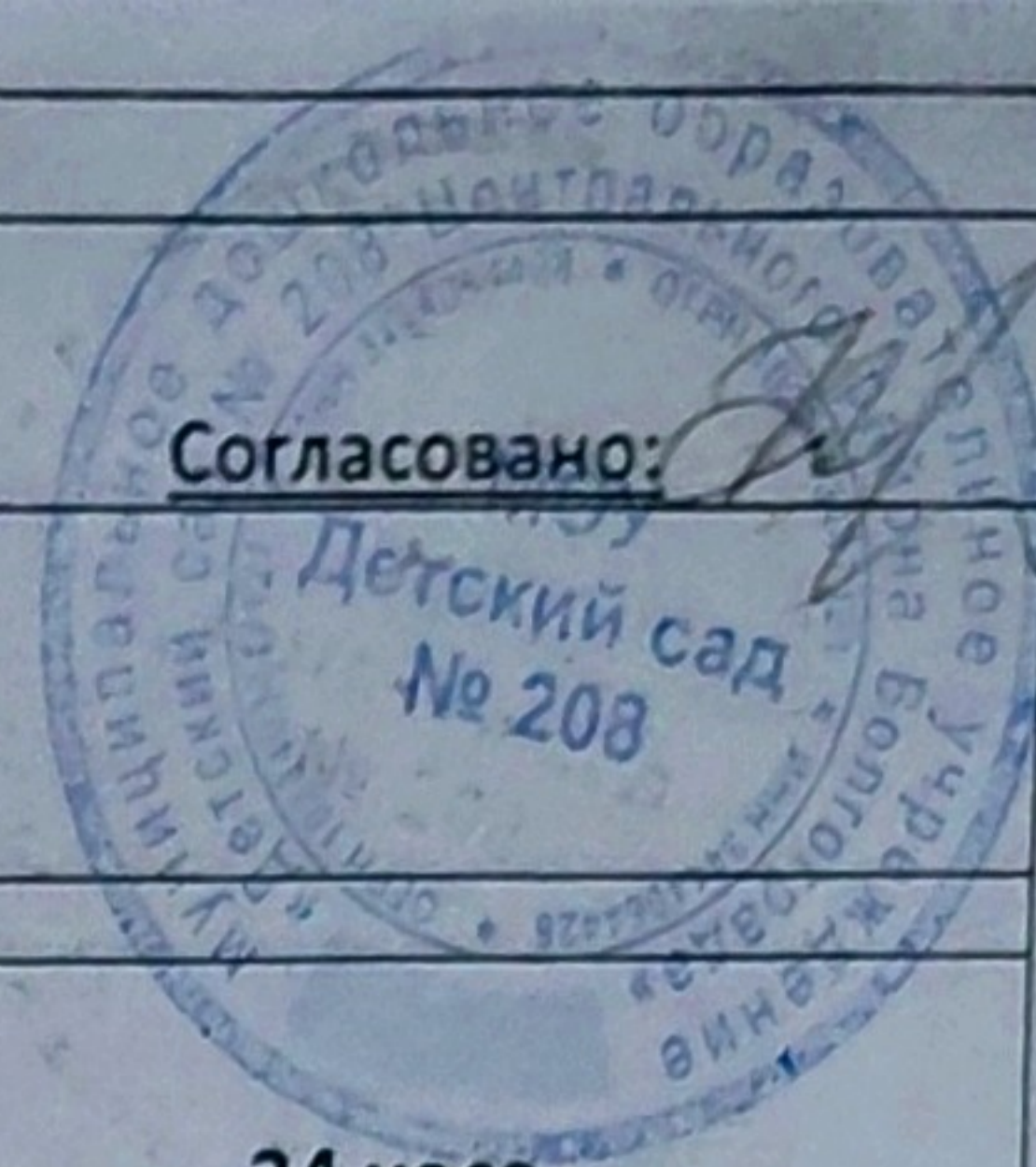
Утверждаю:

Дата: 15.12.2025

Согласовано:



Детский сад №  
Центрального района  
Волгограда



Ясли

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>										
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	160					180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>	<b>312,6</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>
<b>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					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</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>60,1</b>	<b>531,9</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>	<b>624,4</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>77,0</b>	<b>491,0</b>	<b>730,0</b>	<b>21,1</b>	<b>20,5</b>	<b>121,7</b>	<b>768,8</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>200,2</b>	<b>1 410,6</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>	<b>1 939,2</b>

Меню 2

Утверждаю: \_\_\_\_\_ Дата: 16.12.25 \_\_\_\_\_  
 Детский сад № \_\_\_\_\_  
 Центрального района Волгограда

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 МОУ Детский сад № 203  
 Центрального района Волгограда

Ясли

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					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				
БАТОН	40					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>9,5</b>	<b>5,8</b>	<b>53,8</b>	<b>303,4</b>	<b>420</b>	<b>12,1</b>	<b>9,2</b>	<b>51,2</b>	<b>337,0</b>

2 Завтрак

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200				
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>1,7</b>	<b>1,0</b>	<b>36,7</b>	<b>166,3</b>	<b>400</b>	<b>1,8</b>	<b>1,0</b>	<b>38,6</b>	<b>174,6</b>

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					60				
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				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>14,8</b>	<b>20,4</b>	<b>76,6</b>	<b>509,8</b>	<b>620</b>	<b>38,0</b>	<b>39,1</b>	<b>86,6</b>	<b>857,2</b>

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					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20					0				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>437</b>	<b>14,4</b>	<b>13,8</b>	<b>71,1</b>	<b>434,9</b>	<b>707</b>	<b>22,1</b>	<b>13,9</b>	<b>115,0</b>	<b>682,2</b>

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>

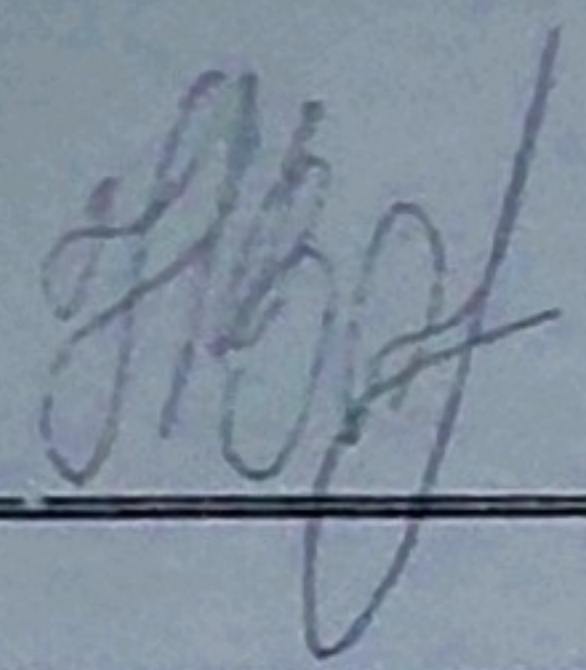
<b>Всего за день:</b>		<b>40,4</b>	<b>41</b>	<b>238,2</b>	<b>1414,4</b>		<b>79,1</b>	<b>67,6</b>	<b>298,4</b>	<b>2 143,5</b>
-----------------------	--	-------------	-----------	--------------	---------------	--	-------------	-------------	--------------	----------------

Меню 3

Утверждаю:

Дата: 17.12.2025

Согласовано:



Детский сад № Центрального района Волгограда



Ясли

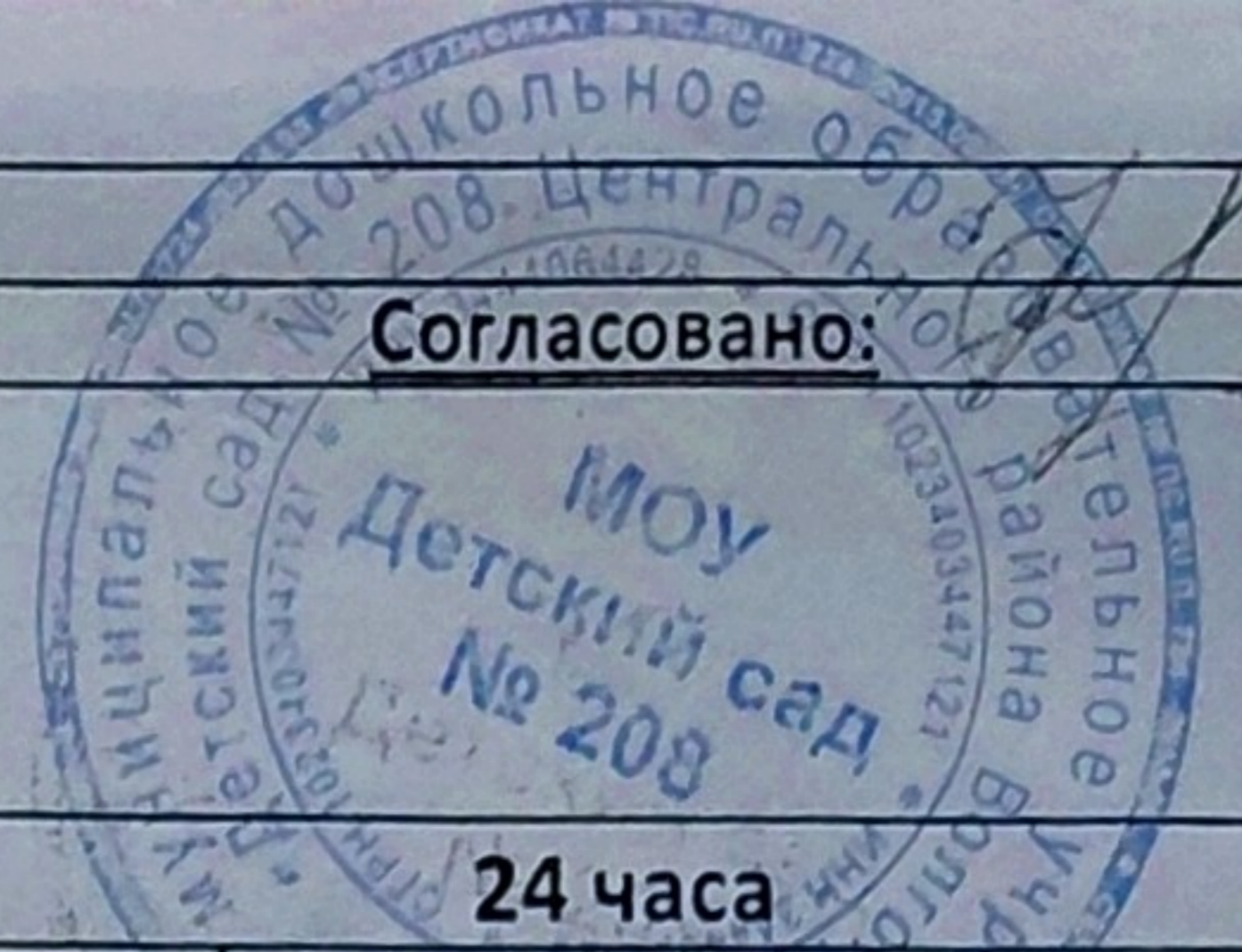
24 часа

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 (МАННАЯ)	150					180				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				
БАТОН	20					20				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1					1				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>13,2</b>	<b>9</b>	<b>47,2</b>	<b>323,4</b>	<b>445</b>	<b>14,4</b>	<b>9,8</b>	<b>51,8</b>	<b>351,7</b>
<b>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					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>Обед</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>14,6</b>	<b>12,1</b>	<b>58,5</b>	<b>426,7</b>	<b>647</b>	<b>16,4</b>	<b>12,5</b>	<b>72,1</b>	<b>487,1</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40					60				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/30					70/30				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110					130				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					60				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>15,3</b>	<b>17,8</b>	<b>82,6</b>	<b>547,76</b>	<b>780</b>	<b>31,3</b>	<b>31,0</b>	<b>153,8</b>	<b>1 037,4</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>44</b>	<b>39,1</b>	<b>206</b>	<b>1402</b>		<b>36,4</b>	<b>35,4</b>	<b>160,8</b>	<b>1729</b>

**Меню 4**

Утверждаю: \_\_\_\_\_ Дата: 18.12.2025 Согласовано: \_\_\_\_\_

**Детский сад № Центрального района Волгограда**



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	

Завтрак										
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
БАТОН	50					0				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>10,3</b>	<b>7,9</b>	<b>64,2</b>	<b>375,4</b>	<b>637</b>	<b>12,7</b>	<b>13,7</b>	<b>63,6</b>	<b>440,5</b>

2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					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>


Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30					60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>16,1</b>	<b>14,4</b>	<b>84,1</b>	<b>521,6</b>	<b>730</b>	<b>24,7</b>	<b>21,2</b>	<b>99,3</b>	<b>701,6</b>

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					0				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0				
БАТОН	0					45				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>14</b>	<b>14,4</b>	<b>72,8</b>	<b>460,8</b>	<b>692</b>	<b>21,9</b>	<b>19,8</b>	<b>121,1</b>	<b>756,8</b>

2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>

<b>Всего за день:</b>		<b>41,3</b>	<b>36,9</b>	<b>238,8</b>	<b>1432,9</b>		<b>65,4</b>	<b>59,3</b>	<b>310,6</b>	<b>2074,8</b>
-----------------------	--	-------------	-------------	--------------	---------------	--	-------------	-------------	--------------	---------------

Меню 5											
Утверждаю:		Дата: 18.12.2025				Согласовано:					
		Детский сад №				МОУ Детский сад № 203					
		Центрального района Волгограда									
		Ясли				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					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	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>2 Завтрак</b>											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					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>Обед</b>											
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					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>630</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,0</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>											
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50					70					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					40					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50					
КАКАО С МОЛОКОМ	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>720</b>	<b>24,4</b>	<b>23,6</b>	<b>123,2</b>	<b>827,7</b>	
<b>2 Ужин</b>											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43</b>	<b>239,6</b>	<b>1457,6</b>		<b>80,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2 340,0</b>	

Меню 6										
Утверждаю:		Дата: 19.12.25				Согласовано:				
		Детский сад № Центрального района Волгограда								
		Ясли				24 часа № 208				
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 (МАННАЯ)	150					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
БАТОН	50					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>340,7</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>
<b>2 Завтрак</b>										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>
<b>Обед</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/60				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					45				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					190/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16</b>	<b>22,3</b>	<b>89,5</b>	<b>586,6</b>	<b>702</b>	<b>27,0</b>	<b>22,9</b>	<b>111,0</b>	<b>765,4</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>43,3</b>	<b>42,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1 481,5</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1 909,5</b>

Меню 7

Дата: 22.02.2025

Согласовано:

Утверждаю:

Детский сад № Центрального района Волгограда



Ясли

24 часа сад

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>										
ЯИЧНОЕ БЛЮДО ( омлет )	130				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					
БАТОН	30				30					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0				50					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>11,7</b>	<b>10,8</b>	<b>31,7</b>	<b>316</b>	<b>430</b>	<b>18,7</b>	<b>24,3</b>	<b>32,0</b>	<b>426,9</b>
<b>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				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>Обед</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30				50					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15				180/25					
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20				150/30					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,3</b>	<b>11,9</b>	<b>81,4</b>	<b>538,4</b>	<b>655</b>	<b>25,1</b>	<b>15,8</b>	<b>85,4</b>	<b>606,2</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				200					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	0				50					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,1</b>	<b>14,3</b>	<b>67,7</b>	<b>450,1</b>	<b>730</b>	<b>23,2</b>	<b>24,9</b>	<b>120,2</b>	<b>823,6</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>180</b>		<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>49,8</b>	<b>37,3</b>	<b>203,9</b>	<b>1404,6</b>		<b>73,1</b>	<b>69,6</b>	<b>244,7</b>	<b>1632,6</b>

Меню 8

Утверждаю:	Дата: <u>23.12.2025</u>	Согласовано:
	Детский сад № <u>                    </u> Центрального района Волгограда	

Ясли

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	
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
БАТОН	50					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>11,2</b>	<b>6,4</b>	<b>59,5</b>	<b>340,7</b>	<b>417</b>	<b>12,1</b>	<b>8,1</b>	<b>56,8</b>	<b>348,0</b>

2 Завтрак

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>

Обед

ОВОЦЫ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>12,9</b>	<b>69,2</b>	<b>463</b>	<b>720</b>	<b>23,4</b>	<b>16,0</b>	<b>90,6</b>	<b>612,4</b>

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

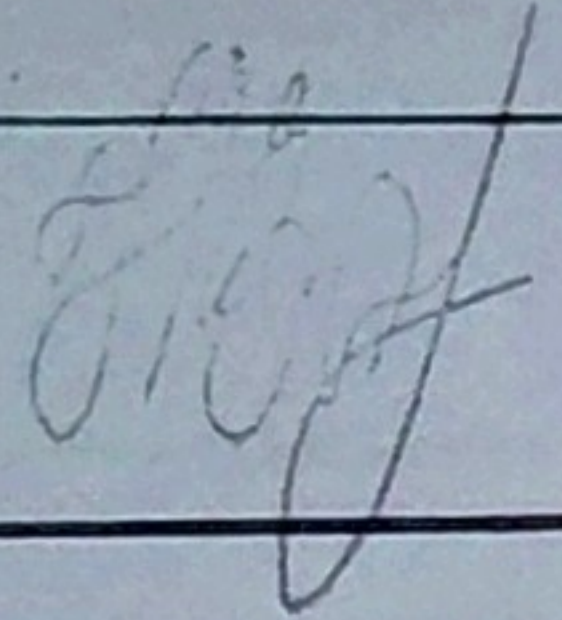
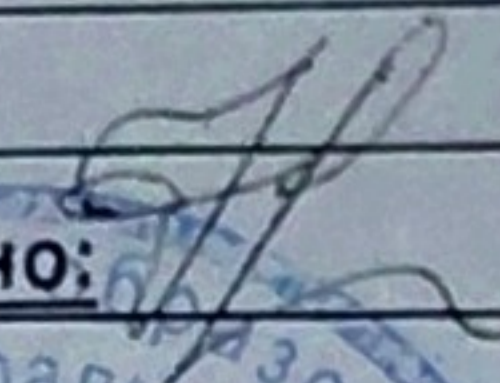

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/60				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					45				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					190/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16</b>	<b>22,3</b>	<b>89,5</b>	<b>586,6</b>	<b>702</b>	<b>27,0</b>	<b>22,9</b>	<b>111,0</b>	<b>765,4</b>

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>

<b>Всего за день:</b>		<b>43,3</b>	<b>42,4</b>	<b>237,2</b>	<b>1481,5</b>		<b>68,4</b>	<b>52,2</b>	<b>284,4</b>	<b>1905,5</b>
-----------------------	--	-------------	-------------	--------------	---------------	--	-------------	-------------	--------------	---------------

Меню 9										
Утверждаю:		Дата: <u>24.12.25</u>				Согласовано:				
		Детский сад № Центрального района Волгограда				МОУ Детский сад				
		Ясли				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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150					180				
БАТОН	50					30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>15,1</b>	<b>8,7</b>	<b>61,8</b>	<b>384,7</b>	<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</b>	<b>422,7</b>
<b>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					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>Обед</b>										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>13,5</b>	<b>19,5</b>	<b>62,3</b>	<b>528,9</b>	<b>640</b>	<b>26,9</b>	<b>19,9</b>	<b>86,8</b>	<b>668,2</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180					0				
БАТОН	40					0				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					40				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					190/10				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>24,3</b>	<b>17,9</b>	<b>57,1</b>	<b>562,9</b>	<b>700</b>	<b>36,1</b>	<b>25,7</b>	<b>109,0</b>	<b>839,2</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>53,8</b>	<b>46,3</b>	<b>198,9</b>	<b>1491,6</b>		<b>87,0</b>	<b>62,7</b>	<b>281,8</b>	<b>2076,5</b>

Меню 10										
Утверждаю: 		Дата: 25.12.2025				Согласовано: 				
		Детский сад № Центрального района Волгограда								
Ясли 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>										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО ( омлет)	130					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200				
БАТОН	40					30				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,3</b>	<b>14,6</b>	<b>40,6</b>	<b>397</b>	<b>430</b>	<b>21,6</b>	<b>26,8</b>	<b>37,8</b>	<b>484,8</b>
<b>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					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>Обед</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>15,5</b>	<b>15,3</b>	<b>66,9</b>	<b>450,1</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>16,4</b>	<b>88,4</b>	<b>599,9</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>15,8</b>	<b>15,6</b>	<b>73,7</b>	<b>487,56</b>	<b>700</b>	<b>29,0</b>	<b>28,3</b>	<b>126,2</b>	<b>890,9</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>46,5</b>	<b>45,7</b>	<b>198,9</b>	<b>1409,76</b>		<b>80,6</b>	<b>76,1</b>	<b>279,8</b>	<b>2 151,5</b>

Меню 11

Утверждаю:

Дата: 26.12.2025

Согласовано:

Детский сад №  
Центрального района Волгограда



Ясли

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>										
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	150					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					180				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0				
БАТОН	45					0				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0					35/10				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,4</b>	<b>8,5</b>	<b>46,8</b>	<b>307,7</b>	<b>405</b>	<b>9,9</b>	<b>14,1</b>	<b>48,1</b>	<b>368,6</b>
<b>2 Завтрак</b>										
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110					110				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>
<b>Обед</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180				
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150					150				
СОУС ТОМАТНЫЙ	0					30				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,1</b>	<b>10,3</b>	<b>80,2</b>	<b>515,7</b>	<b>670</b>	<b>23,9</b>	<b>11,8</b>	<b>105,8</b>	<b>648,7</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30					50				
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50/30					70/50				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					35				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>487</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>79,7</b>	<b>518,5</b>	<b>802</b>	<b>23,7</b>	<b>24,6</b>	<b>127,0</b>	<b>838,1</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>46,2</b>	<b>37,3</b>	<b>238,6</b>	<b>1 478,9</b>		<b>63,3</b>	<b>55,4</b>	<b>319,8</b>	<b>2 084,9</b>

Меню 12

Утверждаю:

Дата: 29.12.2025

Согласовано:

Детский сад № Центрального района Волгограда



Ясли

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					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	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>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				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>Обед</b>										
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				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>630</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,0</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0				50					
КАКАО С МОЛОКОМ	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>720</b>	<b>24,4</b>	<b>23,6</b>	<b>123,2</b>	<b>827,7</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43,0</b>	<b>239,6</b>	<b>1 457,6</b>		<b>80,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2 340,0</b>

Меню 13

Утверждаю:

Дата: 30.12.2025

Согласовано:

Детский сад № Центрального района Волгограда



Ясли

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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160				180					
БАТОН	50				0					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0				30/5/20					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>13,6</b>	<b>7,4</b>	<b>63,8</b>	<b>387,4</b>	<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>
<b>2 Завтрак</b>										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180				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>Обед</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30				50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120				130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>78,2</b>	<b>496,4</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>20,1</b>	<b>89,2</b>	<b>636,7</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120				150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	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>700</b>	<b>22,8</b>	<b>14,0</b>	<b>117,4</b>	<b>706,1</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43,0</b>	<b>239,6</b>	<b>1 457,6</b>		<b>64,1</b>	<b>48,9</b>	<b>310,3</b>	<b>1 976,4</b>