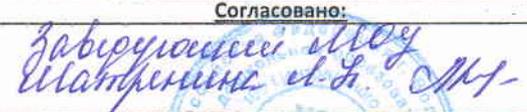


Меню 12

Утверждаю:		Дата: 24.01.2026				Согласовано:										
		Детский сад №100 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	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		
<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>62,1</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>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,</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>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,</b>	
<b>Обед</b>																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0				0							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180							
ПЛОД 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>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>99,8</b>	<b>879,</b>	
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>																
ЯИЦА 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	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>24,4</b>	<b>23,6</b>	<b>123,2</b>	<b>827</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</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>40,6</b>	<b>43,0</b>	<b>239,6</b>	<b>1 457,6</b>		<b>66,3</b>	<b>63,3</b>	<b>252,7</b>	<b>1 880,4</b>		<b>80,6</b>	<b>76,0</b>	<b>323,1</b>	<b>2 340,</b>	