Меню 3

Утверждаю:

Дата : 14.01.26

Детский сад № 155 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					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 (МАННАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	20					20					20				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1					1					1				
Итого за прием пищи:	**405**	**13,2**	**9**	**47,2**	**323,4**	**445**	**14,4**	**9,8**	**51,8**	**351,7**	**445**	**14,4**	**9,8**	**51,8**	**351,7**
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**	**83,4**
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					180/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого за прием пищи:	**540**	**14,6**	**12,1**	**58,5**	**426,7**	**647**	**16,4**	**12,5**	**72,1**	**487,1**	**647**	**16,4**	**12,5**	**72,1**	**487,1**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40					60					60				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/30					70/30					70/30				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110					130					130				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					60					60				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					50					0				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0					0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**440**	**15,3**	**17,8**	**82,6**	**547,76**	**580**	**28,5**	**26,6**	**130,6**	**892,5**	**780**	**31,3**	**31,0**	**153,8**	**1 037,4**
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**	**39,1**	**206**	**1402**		**60,3**	**49,1**	**274,1**	**1 815,3**		**36,4**	**35,4**	**160,8**	**1 129,9**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 155 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 155 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"
Дата: 2025.12.30 16:02:11 +03'00'