

Меню 3

Утверждаю:		Дата: 14.01.2026		Согласовано:	
		Детский сад № 45 Центрального района Волгограда			
«Комбинат питания»		Ясли		Сад	
Правильно, наименование блюда КПП 760201001		Масса порции		Масса порции	
		Пищевые вещества		Пищевые вещества	
		Белки, Жиры, Углеводы, г		Белки, Жиры, Углеводы, г	
		Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал	
		Масса порции		Масса порции	
		Белки, Жиры, Углеводы, г		Белки, Жиры, Углеводы, г	
		Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал	
		Масса порции		Масса порции	
		Белки, Жиры, Углеводы, г		Белки, Жиры, Углеводы, г	
		Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак					
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	
Итого за прием пищи:	405	13,2	9	47,2	323,4
2 Завтрак					
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180			200	
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед					
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	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 ПЕКОЛЕВАННЫЙ	20			40	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			20	
Итого за прием пищи:	540	14,6	12,1	58,5	426,7
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)					
ПОРЕ 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			50	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0			0	
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0			0	
Итого за прием пищи:	440	15,3	17,8	82,6	547,76
2 Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кофир)	0			0	
Итого за прием пищи:	0			0	
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
------	------	-------	---------	------	------	-------	---------