

Утверждаю:

Дата: 23.01.2026

Согласовано:

Детский сад № 315 Центрального района Волгограда

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

ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30						50					50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130						150					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150						200					200				
БАТОН	40						30					30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6		397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8

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(Огурцы соленные)	30							50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150							180					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150							150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150							200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40							40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20							50					50				
Итого за прием пищи:	540	15,5	15,3	66,9		450,1	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9	

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

КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50						70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120						150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10						190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40						30					30				
кондитерские изделия(печенье)	0						0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0						0					200				
Итого за прием пищи:	400	15,8	15,6	73,7		487,56	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	126,2	890,9

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:		46,5	45,7	198,9	1409,76		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5