

Утверждаю:		Меню 9				Согласовано:					
		Дата : 22.01.26									
		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда				Завтрак					
		Сад				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 (ПШЕНИЧНАЯ)	180						180				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180						180				
БАТОН	30						30				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10						10				
Итого за прием пищи:	400	17,9	12,5	59,4		422,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7
2 Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200						200				
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6		83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50						50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10						180/10				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150						150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180						180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50						50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20						20				
Итого за прием пищи:	640	26,9	19,9	86,8		668,8	640	26,9	19,9	86,8	668,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)											
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50						150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	200						0				
БАТОН	50						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				
Итого за прием пищи:	450	37,1	26,3	64,9		663,5	700	36,1	25,7	109,0	839,2
2 Ужин											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0						180				
Итого за прием пищи:	0						180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		82,9	58,9	230,7		1 804,3		87,0	62,7	281,8	2 072,5