

Меню 13

Утверждаю:

Дата : 18.01.2025

Согласовано:

Детский сад № 155 Центрального
района Волгограда

Прием пищи, наименование блюда

Ясли

Сад

24 часа

Масса
порции

Пищевые вещества
Белки, Жиры, Углево
ды, г

Энергети-
ческая
ценность,
ккал

Масса
порции

Пищевые вещества
Белки, Жиры, Углево
ды, г

Энергети-
ческая
ценность,
ккал

Масса
порции

Пищевые вещества
Белки, Жиры, Углево
ды, г

Энергети-
ческая
ценность,
ккал

Завтрак

КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	160					180					180				
БАТОН	50					0					0				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	0					30/5/20					30/5/20				
Итого за прием пищи:	360	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1	457,7

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ	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 соленые)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					130				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30				
Итого за прием пищи:	590	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2	636,7

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

СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0	700	22,8	14,0	117,4	706,2

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:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3	1 796,2