
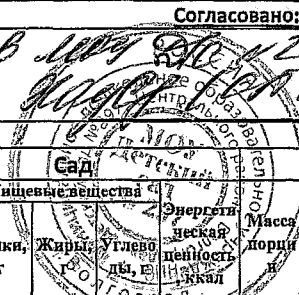


Утверждаю:		Дата: 10.02.2026		Согласовано:									
		Детский сад № 197 Центрального района Волгограда											
		Ясли				24 часа							
		Пищевые вещества				Пищевые вещества							
		Энергетическая ценность, ккал				Энергетическая ценность, ккал							
Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак													
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5				180/5			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10				190/10			
БАТОН	40					25				25			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10				10			
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	420	12,1	9,2
2 Завтрак													
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	200					200				200			
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200				200			
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50				60			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					0				0			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180				180			
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150				150			
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180				180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					30				30			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20				20			
Итого за прием пищи:	480	14,8	20,4	76,6	509,8	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1
Уплотненный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)													
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70				70			
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					150				150			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7				180/10/7			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					50				40			
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	20					20				0			
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0				50			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0				200			
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	487	20,2	13,0	76,9	514,4	707	22,1	13,9
2 Ужин													
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0				180			
Итого за прием пищи:	0					0				180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		40,4	41	238,2	1414,4		72,0	61,7	252,5	1 874,2		79,1	67,6