

Утверждаю:		Дата: 04.02.2026				Меню 18				Согласовано:					
		Детский сад № 25 Центрального района Волгограда				Заведующий: [Signature]				[Signature]					
		Ясли				Сад				24 часа					
Пример пищи, наименование блюда	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

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	400	12,1	9,2	51,2	337

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	180					200					200				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200					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	38,6	174

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПВКЛЕВАННЫЙ	40					30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого за прием пищи:	520	17,6	20,7	94,8	596,6	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6	857

Уплотненный полдник(если в сад)/полдник и ужин(24 часа)

ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					20					20				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	412	10,7	12,3	48,5	342,5	467	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	103,6	702

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92
Всего за день:		39,5	39,8	233,8	1 408,8		66,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0	2 163,1