

Меню 1

Утверждаю:

Дата : 09.02.2026

Согласовано:

Детский сад № 325  
Центрального района  
Волгограда



Ясли

Сад

24 часа

Прием 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	
<b>Завтрак</b>															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	160				180				180						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200				200						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40				30/10				30/10						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>7,7</b>	<b>45,4</b>	<b>312,6</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>	<b>420</b>	<b>9,7</b>	<b>14,4</b>	<b>45,8</b>	<b>361,1</b>
<b>2 Завтрак</b>															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83,4</b>
<b>Обед</b>															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				0				0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
ЖАРКОВ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				150				150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40				20						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>23,5</b>	<b>21,6</b>	<b>60,1</b>	<b>531,9</b>	<b>650</b>	<b>27,7</b>	<b>21,8</b>	<b>89,9</b>	<b>673,1</b>	<b>630</b>	<b>26,1</b>	<b>21,7</b>	<b>79,5</b>	<b>624,4</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30				70/30						
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				130						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15				50				50						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>445</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>77,0</b>	<b>491,0</b>	<b>530</b>	<b>21,0</b>	<b>20,5</b>	<b>93,3</b>	<b>654,8</b>	<b>730,0</b>	<b>21,1</b>	<b>20,5</b>	<b>121,7</b>	<b>768,8</b>
<b>2 Ужин</b>															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>				<b>0</b>				<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>200,2</b>	<b>1 410,6</b>		<b>59,4</b>	<b>56,9</b>	<b>268,8</b>	<b>1 802,4</b>		<b>63,0</b>	<b>61,2</b>	<b>273,6</b>	<b>1 930,2</b>