

Утверждаю:  Дата: 15.03.2026
 Детский сад №100 Центрального района Волгограда
 Согласовано:  За безвозмездной помощью
 М.П. Мельничук Е.А.

Приним пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					Энергетическая ценность, ккал	24 часа			
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Масса порции	Пищевые вещества		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
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	
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	
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	
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	12,1	59,3	377,8	500	22,1	13,7	97,3	608,0	700	22,8	14,0	117,4	
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0						180			
Итого за прием пищи:	0					0						180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3	