Меню 15

Утверждаю:

Дата : 27.02.2026

Детский сад № 100

Центрального района Волгограда

Согласовано:

Заведующий /Л.Н.Шайренко/

Прием пищи, наименование блюда	Ясли: Масса порции	Ясли: Белки, г	Ясли: Жиры, г	Ясли: Углеводы, г	Ясли: Энергетическая ценность, ккал	Сад: Масса порции	Сад: Белки, г	Сад: Жиры, г	Сад: Углеводы, г	Сад: Энергетическая ценность, ккал	24 часа: Масса порции	24 часа: Белки, г	24 часа: Жиры, г	24 часа: Углеводы, г	24 часа: Энергетическая ценность, ккал
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150					180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200					200				
БАТОН	45					40					40				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10					10				
Итого за прием пищи:	**350**	**11,3**	**8,7**	**47**	**313,4**	**430**	**13,7**	**11,4**	**52,8**	**369,6**	**430**	**13,7**	**11,4**	**52,8**	
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	
Обед															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
СУП С КРУПОЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого за прием пищи:	**500**	**16,2**	**20,7**	**88,5**	**564,8**	**630**	**37,0**	**38,1**	**98,2**	**887,2**	**630**	**37,0**	**38,1**	**98,2**	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70					70				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					35				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**427**	**14**	**15,9**	**72,7**	**500,86**	**447**	**16,9**	**21,3**	**51,0**	**481,8**	**702**	**24,3**	**26,8**	**98,7**	
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	
Всего за день:		**42,3**	**46,1**	**227,2**	**1 470,3**		**68,4**	**71,6**	**221,0**	**1 829,8**		**80,9**	**81,5**	**275,7**	