

Меню 16

Утверждаю:

Дата: 07.08.20

Согласовано:

Детский сад №
Центрального района
Волгограда





Ясли

24 часа

Проект пищи, наименование блюда	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		
Завтрак											
КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180				180		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200		
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	90/5/20				30/5/20				30/5/20		
БАТОН	40				20				20		
Итого за прием пищи:	395	14,6	10,2	88,5	507,9	455	15,2	10,9	90,5	526,4	485
1 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
Обед											
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(бурьян-селемня)	30				30				30		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУДЖОНИ	150				180				180		
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150				150		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180				180		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40				40		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0				0		
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				30				0		
Итого за прием пищи:	520	19,1	14,9	50,9	436,4	630	21,7	20,6	76,1	580,7	400
Углеводный напиток(если в сад)/подливки и ужины(24 часа)											
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50				70				70		
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				150		
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40				40		
БУЛОЧКА ВАВЕЛЬНАЯ	30				30				50		
КОСЦЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200		
Итого за прием пищи:	420	14,9	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,6	80,4	546,4	710
2 Ужин											
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180		
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4
Всего за день:		49,8	43,4	224,8	1 467,2		59,5	46,9	260,0	1 745,9	
							82,8	49,1	282,0	1 846,8	

Утверждаю:		Меню 17				Согласовано:					
Дата: 08.03.2019		Детский сад № Центрального района Волгограда									
Прямой адрес, наименование блюда		Ясли				24 часа					
		Пищевые вещества				Пищевые вещества					
		Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак											
КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150					180					180
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					180					180
БАТОН	20					0					0
СЫР (ПОРЦИОН)	5					0					0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					305/10					305/10
Итого за прием пищи:	325	7,7	19,4	44	312,2	495	9,8	16,2	57,9	425,4	495
1-Завтрак											
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(безалкоголь)	180					200					200
Итого за прием пищи:	180	8,7	8,2	17,7	75,1	200	1,8	8,2	19,6	83,4	200
Обед											
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0					0
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАПАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/5					180/5					180/5
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ (говядина)	30/30					70/30					70/30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100					120					120
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40
Итого за прием пищи:	345	15,4	19,3	79,4	530,2	685	21,2	24,8	93,7	696,6	685
Узаконенный обед(если в сад/школе не ужили(24 часа)											
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКОМ С ВАРЕНЬЕМ	130/50					150/50					150/50
КОСЛОМОНОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофе)	180					200					0
БАТОН	40					40					45
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0					180/107
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДОМ	0					0					180/10
Итого за прием пищи:	499	24,4	19,8	95	563,1	458	36,7	27,4	98,5	647,2	782
2 Ужин											
КОСЛОМОНОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофе)	0					0					180
Итого за прием пищи:	0					0					180
Всего за день:		48,4	48,7	200,1	1 489,6		68,7	68,4	228,8	1 882,7	
							72,7	72,9	287,5	2 145,1	

Утверждаю:		Дата: 01.03.21				Меню 18				Согласовано:					
		Детский сад № Центрального района Волгограда													
		Ясли								Сад				24 часа	
Прим. пища, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак															
КАША ЖЕЛТАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150				180,5					180,5					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10					
БАТОН	40				25					25					
СЫР ДРОЗДЕЯНО	0				10					10					
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	383,4	420	12,1	9,2	51,2	337,8	480	12,1	9,2	51,2	337,8
1 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	174,6
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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	40				30					30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					20					
Итого за прием пищи:	430	17,4	28,7	84,9	496,4	419	37,9	38,5	85,8	548,2	428	38,0	39,1	88,8	557,2
Удешевленный обед (ясли и сад) / подливки и соусы (24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30					70/30					
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110				150					150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10				180/10					180/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				20					20					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				0					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЫЯ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	412	18,7	12,2	48,5	340,3	467	14,8	18,4	65,9	427,6	717	18,9	21,4	103,6	702,5
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		39,5	39,8	233,4	1 408,8		66,8	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,9	2 163,8

Меню 19

Утверждаю:	Дата: 03.03.2021	Согласовано:
Детский сад № Центрального района Волгограда		



Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

Икра кабачковая консервированная	30					50					50				
Яичное блюдо (омлет)	130					130					130				
Чай с молоком или сливками	150					200					200				
Батон	40					30					30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	48,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8

1. Завтрак

Сок в ассортименте (абсолютный)	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	83,4

Обед



Овощи по сезону	30					50					50				
Суп с макаронными изделиями на бульоне	150					180					180				
Птица, тушенная в соусе с овощами	130					130					150				
Компот из сушеных фруктов	150					200					200				
Хлеб пеклеваный	40					40					40				
Хлеб пшеничный	0					50					50				
Итого за прием пищи:	520	19,5	15,8	56,5	448,6	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9



Удлиненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)



Коллеты, бублики, пончики рулетные	50					70					70				
Каша рассыпчатая с овощами (тепловая)	120					150					150				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	180/10					180/10					180/10				
Хлеб пшеничный	40					30					30				
Кондитерские изделия (орешки)	0					0					50				
Конфитный напиток с молоком	0					0					200				
Итого за прием пищи:	400	19,8	13,18	73,7	482,66	490	21,1	21,8	77,8	579,3	700	29,0	28,3	137,8	890,9



1 Ужин


Кисломолочный продукт (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,8	92,5
Всего за день:		50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5




Утверждаю:		Меню 20				Согласовано:								
		Дата: 06.03.26				 С.В. Дубовик								
		Детский сад № Центрального района Волгограда												
Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Ясли			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад			Масса порции	24 часа			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	130				180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180				200					200				
БАТОН	40				50					50				
СЫР (ПОРЦИОН)	5				0					0				
Итого за прием пищи:	358	13,6	8,1	61,9	373,7	430	15,2	8,1	78,5	447,5	430	15,2	8,1	78,5
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														
ИСРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАНАЯ	30				50					50				
БОРИЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180				
КОТЛЕТЫ, МЯСНЫЕ, ПИШЦЕЛИ РУКОВЯЖНЫЕ	50				70					70				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130					130				
КВАСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180				
ХЛЕБ ПРЯЛОКАННЫЙ	20				40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				30					30				
Итого за прием пищи:	535	15,8	19	92,9	593,96	680	24,5	28,4	112,6	818,1	680	24,5	28,4	112,6
Успокоительный полдник(сок и салат)полдник и ужин(24 часа):														
ОСОЩИ ПО СЕЗОНУ(молочные супы)	40				50					50				
ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100/50				0					0				
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	0				140/50					140/50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(меченье)	0				0					0				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				0					200				
Итого за прием пищи:	400	12	11,8	51,2	375,7	470	15,2	14,0	49,6	407,5	728	22,0	21,4	102,4
2 Ужин														
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180				
Итого за прием пищи:	0				0					180				92,5
Всего за день:		41,4	29,8	218,0	1407,0		53,6	52,8	243,5	1808,5		65,5	64,6	303,3



Утверждено:		Меню 2				Дата: 10.03.26		Согласовано:							
		Детский сад №													
		Центрального района Волгограда													
Примерный рацион питания в детском саду		Ясли				Сад				24 часа					
Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	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 ЖЕЛКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150				180,5				180,5						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10						
БАТОН	40				25				25						
СЫР (ПОРЦИОН)	0				10				10						
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	383,4	420	12,1	9,2	51,2	337,8	420	12,1	9,2	51,2	337,8
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	480	1,8	1,0	38,6	174,6	480	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				30				60						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				0				0						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0				180				180						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				150				150						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПСЕВДОЦЕЛЮСНЫЙ	20				30				30						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20				20						
Итого за прием пищи:	480	14,8	26,4	76,6	509,8	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,9	39,1	86,6	857,2
Учтотенный 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				50						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20				20				0						
БУЛОЧКА ВЕСИЩКА	0				0				30						
КРАСЯЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200						
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	487	28,2	13,0	76,9	514,4	707	22,1	13,9	115,0	682,2
1 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		48,6	41	238,2	1414,4		72,8	61,7	252,5	1874,2		79,1	67,6	298,4	2143,5



Утверждаю:		Меню 3				Согласовано:				
		Дата: <u>11.09.16</u>				 <u>Сид</u>				
		Детский сад № <u>Центрального</u> <u>района Волгограда</u>								
Принем пищи, наименование блюда		Ясли				24 часа				
		Масса порция г	Пищевые вещества Белки, г Жир, г Углево- ды, г		Энергетическая ценность, ккал	Масса порция г	Пищевые вещества Белки, г Жир, г Углево- ды, г		Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак										
КАША ЯЧМЯКА (МАННАЯ)	150			150			150			150
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10			180/10			180/10			180/10
БАТОН	20			20			20			20
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное)	1			1			1			1
Итого за прием пищи:	405	13,2	9	47,2	323,4	445	14,4	9,8	51,8	351,7
2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180			200			200			200
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30			50			50			50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10			180/10			180/10			180/10
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150			150			150			150
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7/3			180/10/7			180/10/7			180/10/7
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20			40			40			40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			20			20			20
Итого за прием пищи:	540	14,6	12,1	58,5	426,7	647	16,4	12,5	72,1	487,1
Удовлетворительный подзаказ (ясли и сад)/подзаказ в ужине (24 часа)										
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40			50			60			60
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	30/30			70/30			70/30			70/30
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130			130			130			130
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180			180			180			180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30			50			60			60
БУЛОЧКА ВЕСИУШКА	0			50			0			0
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0			0			50			50
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0			0			200			200
Итого за прием пищи:	440	15,3	17,8	82,6	547,76	588	28,5	26,6	130,6	892,5
1 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0			0			180			180
Итого за прием пищи:	0			0			180			92,5
Всего за день:		44	39,3	284	1402		48,3	48,3	274,1	1815,3
							36,4	35,4	193,8	1129,9



Утверждаю:		Дата: 12.03.25				Меню 4				Согласовано:				
		Детский сад № Центрального района Волгограда												
Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Ясли			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Сад			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	24 часа		
		Пищевые вещества					Пищевые вещества					Пищевые вещества		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧЕВОЙ)	150				180				180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10,5				180/10,7				180/10,7					
БАТОН	50				0				0					
СМР (ПОРЦИОН)	0				0				0					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0				40/3,13				40/3,13					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(абсолют)	200				200				200					
Итого за прием пищи:	565	18,3	7,9	84,3	375,4	837	12,7	13,7	63,6	446,5	837	12,7	13,7	63,6
2 Завтрак														
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(абсолютный)	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(Томаты свежие)	30				60				60					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				0				0					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0				180				180					
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30				70/30				70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130				130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20				40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				20					
Итого за прием пищи:	560	16,1	14,4	84,1	511,6	730	14,7	21,2	99,3	701,6	730	14,7	21,2	99,3
Успокоительный десерт(ясли и сад/подложки и ужин(24 часа)														
КОТЛЕТА РУБЕЦОВАЯ ИЛИ ПТИЦЫ	50				70				70					
ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				130				130					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				180/10				0					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0				0				180/10,7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				50				0					
БАТОН	0				0				45					
БУЛОЧКА ВЕСУШКА	50				50				30					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200					
Итого за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,8	590	22,1	18,8	84,3	441,0	692	21,9	19,8	121,1
2 Ужин														
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180					
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		41,3	36,9	238,8	1432,9		60,5	53,9	277,0	1868,5		65,4	59,3	310,4

Утверждаю:		Дата: 13.09.26		Меню 5		Согласовано:									
		Детский сад № Центрального района Волгограда		Ясли		Сад		24 часа							
										Прием пищи, наименование блюда		Масса порции г		Пищевые вещества	
Завтрак															
КАША ЖИТНАЯ (геркулесовая)	180				180				180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20						
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	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	83,4
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0				0						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				150				150						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0				20						
Итого за прием пищи:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	610	35,4	36,1	90,1	833,0	630	36,9	36,2	99,8	879,0
Удольный десерт(ясли и сад)/повидло и ужин(24 часа)															
Икра кабачковая консервированная	30				50				50						
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70				70						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130				130						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				180				180						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40				40						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				0				50						
КАКАО С МОЛОКОМ	0				0				200						
Итого за прием пищи:	410	18,8	12,2	59,3	377,8	470	16,7	15,4	69,5	506,6	720	24,4	23,6	123,2	827,7
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
Итого за прием пищи:	0				0				180	-5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		40,6	43	239,6	1457,6		66,3	63,3	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0

Утверждаю:		Меню 6												Согласовано:			
		Дата: 16.03.26		Детский сад №													
				Центрального района Волгограда													
		Ясли						Сад						24 часа			
		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
Белки, г	Жиры, г		Углевод. др., г	Белки, г	Жиры, г			Углевод. др., г	Белки, г	Жиры, г			Углевод. др., г				
Завтрак																	
КАША ЖЕЛТАЯ (МАЛЫНКА)	150				180				180								
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3				180/10/7				180/10/7								
БАТОН	50				30				30								
СЫР (ПОРЦИОН)	5				10				10								
Итого за прием пищи:	365	12,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348,0		
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	91,2		
Обед																	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурцы соевые)	30				50				50								
СУП С МАКАРОНИИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180								
ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15				140/50				140/50								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200				200								
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ	50				50				50								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				50				50								
Итого за прием пищи:	540	15,2	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6	612,4	720	23,4	16,0	90,6	612,4		
Уплетенный полдник(ясли в сад)/полдник в ужи(24 часа)																	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40				150/50				150/60								
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3				180/10/7				180/10/7								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				45								
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				30								
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ЦИЦУЛОМ	0				0				190/10								
Итого за прием пищи:	400	14	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3	782	27,0	22,9	111,0	765,4		
2 Ужин																	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180								
Итого за прием пищи:	0				0				180				5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		43,0	42,4	237,2	1481,5		61,2	47,0	254,7	1810,9		68,4	52,2	284,4	1909,5		

Меню 7															
Утверждаю:		Дата: 14.03.24				Согласовано:									
		Детский сад № Центрального района Волгограда													
		Ясли								Сад				24 часа	
Проект питания, размещенный на сайте		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал			
		Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порция	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак															
ЯИЧНИКОВ БЛЮДО (омлет)	130					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВАДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	30					30					30				
СЫР (ПОРЦИОН)	5					0					0				
КЕРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0					50					50				
Итого за прием пищи:	355	11,7	10,8	31,7	316	430	18,7	24,3	32,0	426,9	430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	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	83,4
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты соевые)	30					50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15					180/25					180/25				
МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20					150/30					150/30				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	35					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					0					0				
Итого за прием пищи:	550	21,3	11,9	81,4	538,4	655	25,1	15,8	85,4	666,2	655	25,1	15,8	85,4	666,2
Указанный подзаголовок (ясли и сад) / подзаголовок в ужины (24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					200					200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30				
БУЛОЧКА ВЕСУШКА	0					50					0				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0					0					50				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	400	15,1	14,3	67,7	458,1	558	22,7	22,7	82,5	677,9	730	23,2	24,9	120,2	823,6
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,9
Всего за день:		49,8	37,3	203,9	1404,6		67,5	63,0	229,5	1 794,6		73,1	69,6	264,2	2 032,6

Утверждаю:		Дата: 18.07.20				Меню 8				Согласовано:					
		Детский сад №				Центрального района Волгограда									
		Ясли				24 часа									
Проект пищевого рациона		Пищевые вещества				Пищевые вещества				Пищевые вещества					
		Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак															
КАША ЖЕЛТАЯ (МАННАЯ)	150					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	150/7,3					150/10,7					150/10,7				
БАТОН	50					30					30				
СМР (ПОРЦИЯМИ)	5					10					10				
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	340,0	417	12,1	8,1	56,8	340,0
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	200	8,0	0,8	19,0	91,2	200	8,0	0,8	19,0	91,2	200	8,0	0,8	19,0	91,2
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/13					140/50					140/50				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50				
Итого за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,8	98,6	612,4	720	23,4	16,8	98,6	612,4
Успокоительный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРОЖЕНЫМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60					150/50					150/60				
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	150/7,3					180/10,7					150/10,7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					30					65				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					100/10				
Итого за прием пищи:	400	16	11,3	89,5	596,6	487	24,9	22,1	86,3	609,3	792	27,8	22,9	111,9	765,4
3 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кофе)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		47,3	42,4	237,2	1481,5		61,2	47,9	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5

Утверждено:		Меню 9				Согласовано:								
		Дата: 19.09.22												
		Детский сад № Центрального района Волгограда												
Присл. ппак, ппмезозавле бпоза		Ясли				24 часа								
		Масса порция, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал			
			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак														
КАША ЖЕЛКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					150					150			
МОЛОКО КВАШЕНОЕ	150					150					150			
БАТОН	50					30					30			
СМЪ (ВОРЩЯМИ)	0					10					10			
Итого за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	400	17,9	12,5	59,4
2 Зантрак														
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(бпозомый)	180					200					200			
Итого за прием пищи:	180	6,9	0,3	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					50			
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					180/10					180/10			
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5					150					150			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНОЫЙ	40					50					50			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					20					20			
Итого за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8	668,8	640	26,9	19,9	86,8
Укпозаванный ппоздпак(бслн н сд)поздпак н укпн(24 часа)														
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/50					150/50			
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофр)	180					200					0			
БАТОН	40					30					0			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					0					40			
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0					0					50			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10			
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПШЕНОВНИКА	0					0					200			
Итого за прием пищи:	400	14,3	17,5	57,1	562,9	450	17,1	14,3	64,8	663,8	780	36,3	25,7	109,0
3 Укпн														
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофр)	0					0					180			
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,3	4,4	7,0
Всего за день:		53,8	46,3	198,9	1491,6		82,5	58,9	236,7	1804,3		87,0	62,7	281,8

Меню 10

Утверждаю:

Дата: 20.09.2016

Согласовано:

Детский сад № Центрального района Волгограда



Ясли

Сад

24 часа

	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ИТОГА за прием пищи:	350	14,3	14,4	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8

Завтрак

ИЮРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
КРУПНОЕ БЛЮДО (омлет)	150					150					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200				
БАТОН	40					30					30				

2 Завтрак

СОУС В АССОРТИМЕНТЕ (обедный)	100					200					200				
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (бурые/зеленые)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50					50				
Итого за прием пищи:	540	15,5	15,3	64,9	456,1	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9

Уклеточный десерт (кисель и сад) / кисели и ужи (24 часа)

КОУЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЩЕЦЫ РУБЛЕННЫЕ	30					70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (весьма)	0					0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	400	15,8	15,6	73,7	487,56	450	22,1	21,0	71,8	579,3	700	29,0	28,5	126,2	890,9

1 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		46,5	45,7	198,9	1409,76		48,6	64,4	218,6	1407,4		80,6	76,3	279,8	2151,5

Утверждаю:

Дата: 23.10.26

Согласовано:

Детский сад №
Центрального района Волгограда




Ясли

Сад



24 часа

Примерный состав блюд

	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	Углебы, ДМ, г			Белки, г	Жиры, г	Углебы, ДМ, г			Белки, г	Жиры, г	Углебы, ДМ, г	
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С ЗАРНОЙ (ОВОЩНОЙ)	130				180				180						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				180				180						
СЫР (ПОРЦИОН)	5				0				0						
БАТОН	45				0				0						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				1510				1510						
Итого за прием пищи:	180	10,4	8,5	46,8	397,7	495	9,9	14,2	48,1	368,5	405	9,9	14,2	48,1	766,2
2 Завтрак															
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗВОМ	110				110				110						
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты Селекты)	30				30				30						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180						
МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150				150						
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30				30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				50				50						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30				30						
Итого за прием пищи:	520	26,1	18,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7
Узловый напиток (в саду и садике) / чай и сок (24 часа)															
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				30				30						
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	50/50				70/50				70/50						
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110				150				150						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7				180/10/7						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35				35						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50				50						
КИСЕЛЬ ИЗ ЛОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНАЯ	0				0				200						
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838,1
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (офит)	0				0				180						
Итого за прием пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,8	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084,9

Утверждаю:		Меню 12				Дата: 12.08.26		Согласовано:					
 Приемщик, заместитель директора		Детский сад № _____				Центрального района Волгограда							
		Ясли				Сад							
		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
		Масса порции			Масса порции			24 часа					
		г			г			Белки, Жиры, Углеводы					
		и			и			ккал					
Завтрак													
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150				180				180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200				
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИЦЛОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20				
Итого за прием пищи:	355	11	10,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4			
2 Завтрак													
СОВ. В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	100				200				200				
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,9	83,4			
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				0				0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАПАННОЙ КАПУСТЫ	0				50				50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУЛЬБИШЕ	150				180				180				
ОМЛЕТ ИЗ ПТИЦЫ	150				150				150				
КОМБИНИРОВАННЫЙ ПОМИДОР, ДЖЕМА, ВАРЕНЫЕ	130				180				180				
ХЛЕБ ПЕКОБАННЫЙ	20				30				30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0				70				
Итого за прием пищи:	520	17,9	23,5	100,4	617,5	610	15,4	34,1	90,1	833,0			
Указанный подлив(желе и сад)/подлив в ужине(24 часа)													
КОРКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				30				30				
КОТЛЕТЫ, МЯСНЫЕ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50				70				70				
КАРТОФЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				130				130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОНИКА	180				180				180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				40				40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0				0				30				
КАША С МОЛОКОМ	0				0				200				
Итого за прием пищи:	410	10,8	11,2	49,3	377,0	470	14,7	15,4	69,5	586,0			
3 Ужин													
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0				180				
Итого за прием пищи:	0				0				180				
Всего за день:		46,6	43,9	139,6	1 457,6	66,3	63,2	252,7	1 889,4	80,6	76,0	323,1	2 148,8

Меню 13

Утверждаю:	Дата: 20.08.26	Согласовано:
	Детский сад № Центрального района Волгограда	 Огуцова О.В.

Пример пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	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	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	

Завтрак

КАША ЖЕЛТАЯ (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	13,8	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1	457,7

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	83,4

Обед

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы соевые)	30					30					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (с овощами)	50/30					70/30					70/30				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					130				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					30				
Итого за прием пищи:	590	15,8	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2	636,7

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:	418	10,8	12,2	36,1	379,8	500	21,1	13,7	97,3	688,8	790	22,8	14,0	117,4	796,1

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	93,5
Итого за день:		40,6	43,0	219,4	1 457,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	310,3	1 976,4

Меню 14

Утверждаю:

Дата: 26.03.26

Согласовано:

Детский сад №
Центрального района Волгограда



Сад

Прим. пища, наименование блюда	Ясли					24 часа									
	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	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак															
Икра кабачковая консервированная	30				50					50					
Яичное блюдо (омлет)	130				150					150					
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10				190/10					190/10					
Батон	40				20					20					
Итого за прием пищи:	390	11,8	12,3	39,2	360,2	420	17,9	24,8	26,9	400,7	420	17,9	24,8	26,9	400,7
2 завтрак															
Сок в ассортименте (абрикосы)	180				200					200					
Итого за прием пищи:	180	8,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед															
Овощи по сезону (Томаты соевые)	30				50					50					
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	150				180					180					
Голубцы ленивые	120/15				140/30					140/50					
Компот из свежих плодов	150				180					180					
Хлеб пеклеваный	20				40					40					
Хлеб пшеничный	20				20					20					
Итого за прием пищи:	500	12,3	13,8	54,7	402,3	640	19,6	16,6	69,6	516,3	660	20,0	17,4	71,0	533,3
Узловатный напиток (ясли и сад) / Поджарки и ужин (24 часа)															
Фрикадельки в соусе (говядина)	50/30				70/30					70/30					
Макаронные изделия отварные с маслом	130				130					130					
Напиток из плодов шиповника	180				180					180					
Хлеб пшеничный	30				30					30					
Булочка вафельная	50				50					50					
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	0				0					190/10					
Икра свекольная или морковная (морковная)	0				0					50					
Итого за прием пищи:	450	19,4	18,6	104	646,9	490	23,4	21,9	101,5	718,3	740	24,6	24,3	116,9	807,6
2 Ужин															
Кисломолочный продукт (кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		44,4	44,9	215,6	1484,5		61,9	62,7	217,6	1818,7		68,6	70,3	241,4	1917,5

Меню 15

Утверждаю:	Дата: 27.06.26	Согласовано:
Детский сад №		
Центрального района Волгограда		



Пример пищи, наименование блюда	Ясли					24 часа				
	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	




Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ТРЕХНЕВОЙ)	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	369,6



I Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	200	8,8	8,8	19,8	91,2	200	8,8	8,8	19,8	91,2	200	8,8	8,8	19,8	91,2

Обед															
КОТЛЕТА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
СУП С КРУПНОЙ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого за прием пищи:	500	16,1	28,7	98,5	564,8	630	37,8	38,1	98,2	887,2	630	37,8	38,1	98,2	887,2

Уклетенный водичка(ясли и сад)/водичка в ужине(24 часа)															
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИВНИЦЫ 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	508,86	447	16,9	21,3	51,8	481,8	701	24,3	26,8	98,7	751,9

II Ужин															
БИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	9					0					180				
Итого за прием пищи:	9					0					180	5,1	4,4	7,8	92,5
Итого за день:		42,3	46,1	227,2	1 476,3		68,4	71,6	221,8	1 829,8		80,9	81,5	275,7	2 192,4

Утверждаю:		Меню 16				Согласовано:									
		Дата: 20.03.26													
		Детский сад № Центрального района Волгограда													
		Ясли				24 часа									
		Масса порция в	Пшеничные вещества			Энергетическая ценность в, ккал	Масса порция в	Пшеничные вещества			Энергетическая ценность в, ккал				
		Белки г	Жиры г	Углево-ды, г		Белки г	Жиры г	Углево-ды, г		Белки г	Жиры г	Углево-ды, г			
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200					200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				30/5/20					30/5/20					
БАТОН	40				20					20					
Итого за прием пищи:	395	14,6	10,2	88,3	307,9	455	15,2	10,9	90,5	325,6	455	15,2	10,9	90,5	325,6
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	91,2
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы соленые)	50				50					50					
ПИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150					150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0					0					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0				30					0					
Итого за прием пищи:	520	19,1	16,9	59,9	436,4	630	21,7	20,6	76,1	580,7	600	19,4	17,7	53,8	455,6
Углетенный напиток(ясли в сад/подачи в ужин(24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	30				70					70					
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	110				130					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МОЛОКОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40					40					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,6	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7	681,9
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,8	92,5	
Всего за день:		49,9	43,4	214,8	1 467,2		59,5	46,9	266,8	1 745,9		62,8	49,1	282,8	1 846,3

Утверждаю:		Меню 17				Согласовано:									
		Дата: 11.12.26													
		Детский сад № Центрального района Волгограда													
		Ясли				24 часа									
Масса порции, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Зола, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Зола, г				
Завтрак															
КАША ВЯЖКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150					180				180					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					180				180					
БАТОН	20					0				0					
СЫР (ПОРЦИОН)	5					0				0					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					30/5/10				30/5/10					
Итого за прием пищи:	385	7,7	18,4	48	311,3	465	9,8	16,2	97,8	435,4	465	9,8	16,2	97,8	435,4
1. Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (апельсин)	180					200				200					
Итого за прием пищи:	180	6,9	8,2	17,7	75,1	200	1,8	8,2	19,8	83,4	200	1,8	8,2	19,8	83,4
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКОМ	30					0				0					
САЛАТ ИЗ КЛУБНИЧНОЙ КАПУСТЫ	0					50				50					
КОРЖ НА КУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/5					180/5				180/5					
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30					70/30				70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					130				130					
КОНСЕРЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					40				40					
Итого за прием пищи:	545	15,4	19,3	79,4	530,2	683	21,2	24,4	93,7	696,6	683	21,2	24,4	93,7	696,6
Узаконенный напиток(если в сад)/напиток в ужи(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/60				150/60					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180					200				0					
БАТОН	40					40				45					
ЧАЙ С ЛИМОН	0					0				180/107					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(зефир)	0					0				30					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0				390/10					
Итого за прием пищи:	498	24,4	18,8	55	563,1	498	36,7	27,4	98,5	647,3	702	35,4	27,5	118,3	847,3
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0				180					
Итого за прием пищи:	0					0				180	5,1	4,4	7,4	92,3	
Итого за день:		48,4	48,7	200,1	1 499,6		68,7	68,4	218,8	1 852,7		72,9	72,9	287,5	2 145,1