Меню 12

Утверждаю: | **Дата : 24.03.26** | **Согласовано:**

Детский сад № 224 Центрального района Волгограда

Прием 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	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150					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 БЕЛОКОЧАННОЙ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	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**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник 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	0					0					50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**410**	**10,8**	**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**	**43,0**	**239,6**	**1 457,6**		**66,3**	**63,3**	**252,7**	**1 880,4**		**80,6**	**76,0**	**323,1**	**2 340,0**