

Меню 17

Утверждаю:

Дата: 31.03.26

Детский сад № 224 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				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак														
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150					180					180			
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					180					180			
БАТОН	20					0					0			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0			
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					30/5/10					30/5/10			
Итого за прием пищи:	355	7,7	10,4	48	321,2	405	9,8	16,2	57,0	425,4	405	9,8	16,2	57,0

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

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0					0			
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50			
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/5					180/5					180/5			
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30					70/30					70/30			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130					130			
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180			
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40			
Итого за прием пищи:	545	15,4	19,3	79,4	530,2	685	21,2	24,6	93,7	696,6	685	21,2	24,6	93,7

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(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 ЛИМОНОМ	0					0					180/10/7			
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50			
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10			
Итого за прием пищи:	400	24,4	18,8	55	563,1	450	36,7	27,4	58,5	647,3	702	35,6	27,5	110,2

2 Ужин

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180			
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0
Всего за день:		48,4	48,7	200,1	1 489,6		68,7	68,4	228,8	1 852,7		72,7	72,9	2 145,1