Меню 18

Утверждаю: | **Дата :** 02.04.26 | **Согласовано:**

Детский сад № 224 Центрального района Волгограда

Прием пищи, наименование блюда	Ясли: Масса порции	Ясли: Пищевые вещества: Белки, г	Ясли: Жиры, г	Ясли: Углеводы, г	Ясли: Энергетическая ценность, ккал	Сад: Масса порции	Сад: Пищевые вещества: Белки, г	Сад: Жиры, г	Сад: Углеводы, г	Сад: Энергетическая ценность, ккал	24 часа: Масса порции	24 часа: Пищевые вещества: Белки, г	24 часа: Жиры, г	24 часа: Углеводы, г	24 часа: Энергетическая ценность, ккал
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	40					25					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
Итого за прием пищи:	**380**	**9,5**	**5,8**	**53,8**	**303,4**	**420**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**	**400**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**
2 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**17,6**	**20,7**	**94,8**	**596,6**	**610**	**37,9**	**38,5**	**85,8**	**848,2**	**620**	**38,0**	**39,1**	**86,6**	**857,2**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					20					20				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0					0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**412**	**10,7**	**12,3**	**48,5**	**342,5**	**467**	**14,8**	**18,4**	**45,6**	**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**	**233,8**	**1 408,8**		**66,6**	**67,1**	**221,2**	**1 787,4**		**75,9**	**75,1**	**287,0**	**2 163,8**