





Утверждаю:		Меню 1В			Дата: 01.04.2020г.			Согласовано:		
		Детский сад №			Центрального					
		района Волгограда								
		Ясли			Саа			24 часа		
Прим. 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 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 (ПОРЦИЙМИ)	0				10				10	
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	383,4	420	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
Обед										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50				50	
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:	500	17,6	28,7	94,8	664	618	37,9	38,5	85,8	868,2
Уютный 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 ВЕСУШКА	0				0				50	
КНЕСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200	
Итого за прием пищи:	402	10,7	12,3	48,5	342,5	467	14,8	18,6	45,6	437,6
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофе)	0				0				180	
Итого за прием пищи:	0				0				180	
Всего за день:		29,5	39,8	133,8	1 408,8		66,6	67,1	211,2	1 787,4
							75,9	75,1	287,9	2 163,8

Меню 19															
Утверждаю:		Дата: 08.07.2021				Согласовано:									
		Детский сад №				Центрального района Волгограда									
		Ясли		Сад		24 часа									
Прим. шлик, 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															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					50					
ЯРЧНОЕ БЛЮДО (овсян)	130				150					150					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150				200					200					
БАТОН	40				30					30					
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	49,6	397	430	21,6	24,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
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	83,4
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30				30					30					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЦАМИ	150				150					150					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				30					30					
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
Уплаточный полдник (если в сад/полдник в ужи(24 часа)															
КОЗЛЕТЫ, ВЯЧОЧКИ, ПИЦЦА РУЧЕННЫЕ	30				70					70					
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЦАМИ (гречневая)	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					0					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	400	13,8	13,18	42,7	482,66	480	22,1	21,8	72,8	579,3	700	29,8	28,3	127,0	606,9
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:		58,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 897,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5



Рубцова О.В.

Утверждаю:		Меню 20 Дата: 03.04.2017				Согласовано:								
		Детский сад № Центрального района Волгограда												
Пример пищи, наименование блюда		Если				24 часа								
Масса порция г	Белки г	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Масса порция г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порция г	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	
		Жиры г	Углеводы г			Белки г	Жиры г	Углеводы г						
Завтрак														
КАША ЖЕЛТАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				150					150				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160				200					200				
БАТОН	40				50					50				
СЫР (ПОРЦИЙНО)	5				0					0				
Итого за прием пищи:	355	15,6	8,1	61,9	372,7	430	15,2	8,1	78,5	447,5	430	15,2	8,1	78,5
2 Завтрак														
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	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														
ЩЕКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180				
КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ПИЦЦАЛИ РУБЛЕННЫЕ	50				70					70				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30				40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25				30					30				
Итого за прием пищи:	535	15,8	19	92,9	593,96	680	24,5	28,4	112,8	816,1	680	24,5	28,4	112,8
Ужиный напиток (чай и сок)/полдник и ужин (24 часа)														
ОВСОЦЫ ПО СЕЗОНУ (молочные)	40				50					50				
ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100/30				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 (печенье)	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	720	22,0	21,4	102,4
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:		41,4	39,8	216,0	1 407,0		53,6	52,8	242,5	1 818,5		65,5	64,6	303,3

Меню 1

Утверждаю:

Дата: 06.04.2020

Согласовано:

Детский сад №
Центрального района
Волгограда





Рубцова Р.В.

Ясли

24 часа



Прием пищи, наименование блюда	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															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (РИСОВОЙ)	160					180					180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40					30/10					30/10				
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4
Обед															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					30					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20				
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	624,4
Удовлетворенный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					50					50				
БУЛОЧКА ВАВИЛЬНАЯ	50					50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	654,8	730,0	21,1	20,5	121,7	768,6
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:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1 930,2

Утверждаю:		Меню 2 Дата: 07.04.2019				Согласовано:								
		Детский сад №												
		Центрального района Волгограда												
Принем пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа				
		Питательная ценность				Питательная ценность				Питательная ценность				
		Масса порции	Энергетическая ценность, ккал			Масса порции	Энергетическая ценность, ккал			Масса порции	Энергетическая ценность, ккал			
		г	Белок, г	Жир, г	Углевод, г	г	Белок, г	Жир, г	Углевод, г	г	Белок, г	Жир, г	Углевод, г	
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 (ПОРЦИЙНО)	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	420	12,1	9,2	51,2
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	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6
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	130				150					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150				180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20					20				
Итого за прием пищи:	480	14,8	20,4	76,6	509,8	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6
Успокоительная подливка(ясли и сад)/подливки и ужины(24 часа)														
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	30				70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120				150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10				180/10					180/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				50					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(вечные)	20				20					0				
БУЛОЧКА ВЕСОШКА	0				0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200				
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	487	20,2	13,0	76,9	514,4	707	22,1	13,8	115,0
2 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:		40,4	41	238,2	1414,4		72,0	61,7	282,5	1874,2		79,1	67,6	298,4

Утверждаю:		Дата: 08.04.2019				Меню 3		Составлено:								
		Детский сад № Центрального района Волгограда				Сад										
		Ясли						24 часа								
Прим. указ. наименования блюд	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																
КАША ЖЕЛТАЯ (МАШЕВАЯ)	130				180				180							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИЦЛОМ	180/10				190/10				190/10							
БАТОН	20				20				20							
ВИЧНОЕ БЛЮДО (вино варенье)	1				1				1							
Итого за прием пищи:	405	13,2	9	47,2	323,4	445	14,4	9,8	51,8	351,7	445	14,4	9,8	51,8	351,7	
1 Завтрак																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (апельсин)	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	30				50				50							
БОРИС С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10				180/10				180/10							
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150				150				150							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/1,5				180/10/7				180/10/7							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				40				40							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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	647	16,4	12,5	72,1	487,1	
Удлиненный полдник(ясли в сад)/полдник в ужине(24 часа)																
ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	40				60				60							
КОУЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	50/30				70/30				70/30							
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ)	110				130				130							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				180				180							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				60				60							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				50				0							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	0				0				50							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0				0				200							
Итого за прием пищи:	440	35,3	17,8	82,4	547,70	580	28,5	26,6	130,4	692,5	780	31,3	31,0	153,8	1 037,4	
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180							
Итого за прием пищи:	0				0				180				5,1	4,4	7,0	92,4
Всего за день:		44	19,1	209	1402		66,3	48,1	274,1	1 885,3		36,4	35,4	160,8	1 129,8	

Утверждаю:		Меню 4				Согласовано:								
		Дата: 09.04.26 г.												
		Детский сад № Центрального района Волгограда												
Приним пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа				
Масса порции	Пшеничные изделия			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пшеничные изделия			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пшеничные изделия			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150				180				180					
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	150/10,3				180/10,7				180/10,7					
БАТОН	50				0				0					
СМР ПОРЯЖИМОЕ	5				0				0					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0				40/5/15				40/5/15					
ФРУКТЫ (СВЕЖЕЯБЛАН)	200				200				200					
Итого за прием пищи:	565	16,3	7,9	64,3	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5	637	12,7	13,7	63,6
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	85,4	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)	30/30				70/30				70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130				130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	156				200				200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				40				40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				20					
Итого за прием пищи:	560	16,1	14,4	84,1	521,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6	730	24,7	21,2	99,3
Уплотненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)														
КОТЛЕТА РУБЕЖЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50				70				70					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				130				130					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				180/10				0					
ЧАЙ С ЛИМОННОМ	0				0				180/10,7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				50				0					
БАТОН	0				0				40					
БУЛОЧКА ВЕСУШКА	30				50				50					
ККСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0				200					
Итого за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,5	560	22,1	18,8	94,5	641,8	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	97,5	
Всего за день:		41,3	36,9	238,8	1432,9		68,5	53,9	277,0	1866,5		65,4	59,3	318,0

Утверждаю:		Меню 5										Согласовано:				
		Дата: 10.04.2016 г.														
		Детский сад № Центрального района Волгограда														
Принем пищи, наименование блюда		Ясли					Сад					24 часа				
		Пищевые вещества		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г		Масса порции	Белки, г
Завтрак																
КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150				180				180							
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200				200							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИЦДОМ	30/5/20				30/5/20				30/5/20							
Итого за прием пищи:	355	11	16,1	62,2	387,2	435	13,2	11,6	73,5	457,4	435	13,2	11,6	73,5	457,4	
1 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 БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ	0				50				50							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				180				180							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130				130				150							
КНЕСЕЛЬ ИЗ ПОВИЦЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	130				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	879,8	
Упамятный 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 ШИПОНИКА	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	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							
Всего за день:		48,6	43	239,6	1457,6		66,3	63,1	252,7	1 880,4		80,6	76,0	323,1	2 340,0	



Утверждаю:		Дата: 19.04.26				Меню 6		Согласовано:							
		Детский сад №				Сад									
		Центрального района Волгограда													
Прямой прием, 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 ЖЕЛТАЯ (МАШНАЯ)	150				150					180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7,5				180/10,7					180/10,7					
БАТОН	30				30					30					
СЫР (ПОРЦИОН)	5				10					10					
Итого за прием пищи:	365	11,2	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 соленые)	30				50					50					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150				180					180					
ГОЛУБИЦЫ ЛЕННЫЕ	120/13				140/50					140/50					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30				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
Успокаивающий десерт(ясли в сад)/подник и ужин(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40				150/50					150/60					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7,5				180/10,7					180/10,7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					45					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	30				50					50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0					190/10					
Итого за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3	702	27,0	22,9	111,0	705,4
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:		85,3	42,4	257,2	1 481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5



Утверждаю:		Дата: 14.04.2017				Меню 7				Согласовано:					
		Детский сад № Центрального района Волгограда								Сурова Е.В.					
		Ясли													
Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	24 часа			
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Завтрак															
ЯРЧНОЕ БЛЮДО (овощи)	150				150					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					190/10					
БАТОН	30				30					30					
СЫР (ПОРЦИЙМИ)	5				0					0					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0				30					30					
Итого за прием пищи:	365	11,7	10,0	31,7	316	430	18,7	24,3	32,0	426,9	430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак															
СЫР В АССОРТИМЕНТЕ (облобы)	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 (Товары свежие)	30				50					50					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15				180/25					180/25					
МАКАРОННИК С МЯСОМ И/ИЛИ ПЕЧЕНЫО (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20				150/30					150/30					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	130				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	685	25,1	15,8	85,4	686,2	685	25,1	15,8	85,4	686,2
Успокоительный десерт (ясли и сад) / Десерт и ужин (24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	30/30				70/30					70/30					
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	110				120					120					
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				200					200					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30					30					
БУЛОЧКА ВЕСЛУШКА	0				50					0					
КОНДИТОРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0				0					50					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0					200					
Итого за прием пищи:	430	15,1	14,3	67,7	480,1	830	22,7	22,7	92,5	677,9	730	23,2	24,9	120,2	823,6
1 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	8,3	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		49,8	37,3	203,9	1404,6		67,5	63,0	229,5	1794,4		73,1	69,6	264,2	1032,6


Утверждаю:		Дата: 15.04.25 г.				Меню 8				Согласовано:					
		Детский сад №				Центрального									
		района Волгограда													
Приме кавш. наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
		Масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции г	Пищевые вещества			Масса порции 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 ЖЕЛТАЯ (МАИНАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/10 5					180/10 7					180/10 7				
БАТОН	50					30					30				
СЫР (ПОРЦИОН)	5					10					10				
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	348,7	417	12,3	8,1	56,8	348,8	417	12,3	8,1	56,8	
1 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	200	8,8	0,8	19,0	91,2	200	6,8	0,8	19,0	91,2	200	6,8	0,8	19,0	
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					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	16,0	90,6	612,4	720	23,4	16,0	90,6	
Ужинный подзавтрак (если в сад)/полдник и ужин (24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МЯКОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/44					150/50					150/60				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/10 5					180/10 7					180/10 7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30					45				
БУЛКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0					100/10				
Итого за прием пищи:	400	14	21,3	89,3	585,2	487	24,9	22,3	88,3	692,3	762	27,8	22,9	111,0	
1 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,3	4,4	7,0	
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1481,5		61,2	47,0	254,7	1410,9		66,4	52,2	284,4	

Утверждаю:		Дата: 16.04.2022 г.				Меню 9				Согласовано:					
		Детский сад № Центрального района Волгограда								Судова О.В.					
Прим. пища, наименование блюда	Масса порции г	Ясли				Масса порции г	Суд				Масса порции г	24 часа			
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		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 (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180				180						
МОЛОКО КОПЧЕНОЕ	150				180				180						
БАТОН	50				30				30						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	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	422,7
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(объемный)	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				50				50						
БОРИЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУЛЬБОНЕ СО СМЕТАНОМ	150/10				180/10				180/10						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5				150				150						
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	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	668,2
Уютный полдник(сладкий и сад/полдник в уюне(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50				150/50				130/50						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофе)	180				200				0						
БАТОН	40				50				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 ШИПОВНИКА	0				0				200						
Итого за прием пищи:	400	24,3	17,9	57,1	542,9	450	27,3	26,3	64,9	603,3	700	36,1	25,7	100,0	839,2
2 Уютный															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофе)	0				0				180						
Итого за прием пищи:	0				0				180			5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		53,8	46,3	199,9	1491,6		82,9	58,9	230,7	1.804,3		87,0	62,7	281,8	2.072,5

		Меню 10													
Утверждаю:		Дата: 12.04.2017							Согласовано:						
		Детский сад № Центрального района Волгограда							Сад Обунова Н.В.						
		Ясли							24 часа						
Пример пищи, наименование блюда	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					30					30				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	120					150					150				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200				
БАТОН	40					30					30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	46,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (объемный)	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 соленые)	30					30					30				
СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					50					50				
Итого за прием пищи:	540	15,3	15,3	66,9	458,1	670	27,9	26,4	88,4	599,9	670	27,9	26,4	88,4	599,9
Узлованный напиток (ясли и сад) / Напиток и ужин (24 часа)															
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 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 (печенье)	0					0					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	400	15,8	15,4	73,7	487,56	490	22,1	21,0	72,8	579,3	500	29,0	28,3	126,2	890,9
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,3	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		48,5	45,7	198,9	1409,76		88,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5

Утверждено:		Меню 11				Согласовано:								
		Дата: <u>20.04.25</u>												
		Детский сад № Центрального района Волгограда												
Приним пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа				
Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, мг, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак														
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ)	150				150					150				
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				150					150				
СЫР (ПОРШОМ)	5				0					0				
БАТОН	43				0					0				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0				15/10					15/10				
Итого за прием пищи:	350	19,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1
2 Завтрак														
ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ КЛУНОМ	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
Обед														
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты Селемса)	30				30					30				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150				150					150				
МАКСАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150				150					150				
СОУС ТОМАТНЫЙ	0				30					30				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				150					150				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20				30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				30					30				
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8
Усилительный полдник (ясли и сад)/полдник и ужин (24 часа)														
КАРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	30				30					30				
КОТЛЕТА РУБЦЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ	50/30				70/50					70/50				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150				150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				35					35				
БУЛОЧКА ВАВЛЬНАЯ	50				50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	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
1 Ужин														
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (кофе)	0				0					180				
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	91,5
Всего за день:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8

Утверждаю:		Мемо 12				Согласовано:									
		Дата: 21.04.25 г.													
		Детский сад № Центрального района Волгограда													
Примечание, наименование блюда	Масса порции	Ясли				Масса порции	Сад				24 часа				
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
г	г	г	мл, г	г		г	г	мл, г	г		г	г	мл, г		г
Завтрак															
КАША ЖЕЛТАЯ (геркулесовая)	150					180					180				
КОФЕИНЫЙ 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	18,1	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	8,2	17,7	75,1	200	1,0	8,2	19,6	85,4	200	1,0	8,2	19,6	85,4
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАВНОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУЛИОНЕ	150					180					180				
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЕЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ	20					30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0					20				
Итого за прием пищи:	620	17,9	36,5	109,4	417,5	610	35,4	36,1	99,1	833,0	620	36,9	36,2	99,8	875,0
Удобрительный завтрак (ясли в сад/подлник и ужин) (24 часа)															
КОТЛЕТА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	30					70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130					130					130				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					180					180				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					40					40				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	8					0					50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	498	18,8	12,2	89,3	277,8	470	16,7	15,4	89,5	586,6	728	34,4	23,8	113,2	827,7
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	82,5
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 457,6		66,3	63,3	252,7	1 090,4		86,0	76,0	323,1	2 340,0

Утверждаю:		Дата: 22.04.2022		Согласовано:											
		Детский сад №		Центрального района Волгограда											
		Ясли		Сад											
Прим. указ. наименование блюда		Пищевые вещества				Твердые вещества				24 часа					
		Масса порция	Белки	Жиры	Углевод.	Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Белки	Жиры	Углевод.	Энергетическая ценность, ккал	Масса порция	Белки	Жиры	Углевод.
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	13,6	7,4	63,8	387,4	415	13,3	10,2	77,1	457,7	415	13,3	10,2	77,1	457,7
1 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180					200					200				
Итого за прием пищи:	180	6,9	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, помидоры)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ТЕФТЕЛЕС СОУСОМ (говядина)	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	15,9	14,7	78,2	496,4	720	21,9	20,1	89,2	636,7	720	21,9	20,1	89,2	636,7
Удольственный десерт (ясли в сад) / сладкий и ужины (24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50					70					70				
КАША РАССЛАПЧАТАЯ 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 ВЕСУШКА	50					50					50				
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	418	18,6	12,2	59,3	377,8	500	21,1	13,7	97,3	688,8	790	22,8	14,0	117,4	706,1
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,3	4,4	7,0	92,8
Всего за день:		40,6	43,0	239,6	1 437,6		58,3	44,2	283,2	1 785,8		64,1	48,9	316,3	1 976,4

Меню 14

Утверждаю:

Дата: 23.04.2011

Согласовано:

Детский сад №
Центрального района Волгограда



Дуброва О.В.

Ясли

Сад



24 часа

Пример пищи, наименование блюда	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					
Хлебное блюдо (омлет)	130				150					150					
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	180/10				190/10					190/10					
Батон	40				20					20					
Итого за прием пищи:	390	11,8	12,3	39,2	360,2	420	17,9	24,0	26,9	400,7	420	17,9	24,0	26,9	400,7
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	83,4
Обед															
Овощи по сезону (томаты свежие)	30				30					30					
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	150				180					180					
Голубцы капустные	120/15				140/30					140/30					
Компот из свежих плодов	150				180					180					
Хлеб пшеничный	20				40					40					
Хлеб пшеничный	20				20					20					
Итого за прием пищи:	500	12,3	13,8	54,7	482,3	640	19,6	26,6	89,6	516,3	660	20,0	27,4	71,0	533,3
Удлиненный полдник (ясли и сад) / полдник и ужин (24 часа)															
Фрикадельки в соусе (говядина)	50/30				70/30					70/30					
Макаронные изделия отварные с маслом	110				130					130					
Напиток из плодов шиповника	180				180					180					
Хлеб пшеничный	30				30					30					
Булочка ванильная	50				50					50					
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	0				0					150/10					
Икра свекольная или морковная (морковная)	0				0					50					
Итого за прием пищи:	450	19,4	18,6	104	646,9	490	23,4	23,9	101,5	718,3	740	24,0	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	1 484,5		61,9	62,7	217,6	1 818,7		68,6	70,7	241,4	1 917,5

Утверждаю:		Меню 15				Согласовано:									
		Дата: 24.04.2025				 Сад									
		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					
		Белки г	Жиры г	Углеводы ДМ, г			Белки г	Жиры г	Углеводы ДМ, г						
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (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	349,6	430	13,7	11,4	52,8	349,6
1 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоки)	200				200				200						
Итого за прием пищи:	200	9,8	9,8	19,0	91,2	200	9,8	9,8	19,0	91,2	200	9,8	9,8	19,0	91,2
Обед															
КОРКА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30				30				30						
СУП С КРУПНОЙ 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	687,2	630	37,0	38,1	98,2	687,2
Успокоительный подлпак(если в сад/подлпак и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИНИЦЕЛИ РУЗЛЕННЫЕ	50				70				70						
РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРНАНТ)	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	61,8	481,8	702	24,3	26,8	98,7	741,9
1 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:		42,3	46,1	227,2	1 470,3		68,4	71,6	221,0	1 829,8		80,9	81,5	275,7	1 192,4

Утверждаю:		Дата: 27.04.201				Меню 16				Согласовано:					
		Детский сад № Центрального района Волгограда								Сидорова Н.А.					
Приним пищи, назначенными лицами		Ясли				24 часа									
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 ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					180					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150				200					200					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	10/5/20				30/5/20					30/5/20					
БАТОН	40				20					20					
Итого за прием пищи:	395	14,8	10,2	88,5	507,9	455	15,2	10,9	90,5	525,6	455	15,2	10,9	90,5	525,6
1 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	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, морковь)	30				30					30					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОМЕ	150				180					180					
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				150					110					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				180					180					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40					40					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0					0					
КОРДИНТЕРСКИЕ 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
Удвоенный обедник (ясли и сад) / Обедник и ужин (24 часа)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	30				70					70					
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЙ	110				130					150					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				190/10					190/10					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				40					40					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					30					
КИСЕЛЬ ИЗ ЛОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	490	21,8	14,8	80,4	548,4	710	22,3	15,3	111,7	481,9
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,9	92,5	
Всего за день:		49,0	43,4	214,8	1 467,2		59,5	46,9	266,0	1 745,9		62,8	49,1	282,0	1 846,8

Утверждаю:		Дата: <u>28.07.2021</u> Меню <u>У</u>				Согласовано:				
		Детский сад № <u> </u> Центрального района Волгограда								
		Ясли					24 часа			
Проект пищевого рациона	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белок, г	Жир, г	Углевод, г			Белок, г	Жир, г	Углевод, г	
Завтрак										
КАША ПШЕНИЧНО-МОЛОЧНАЯ (рисовая)	180					180				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					180				
БАТОН	20					0				
СЫР ГОРДЦЯНИ	5					0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					205/10				205/10
Итого за проект пищи:	344	7,7	16,4	40	312,2	405	9,8	16,2	57,0	425,4
1 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ (апельсин)	180					200				
Итого за проект пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					0				
САЛАТ ИЗ КЕФИРНОЙ КАПУСЫ	0					50				
БОРЩ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	1305					1805				
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	5050					7050				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРЕННЫЕ С МАСЛОМ	110					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20					40				
Итого за проект пищи:	545	15,4	19,2	79,4	510,2	685	21,2	24,6	93,7	696,6
Ужинный напиток (вода и сок/компоты и ужины 24 часа)										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	13050					15050				
КОСМОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	180					200				
БАТОН	40					45				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0					0				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0					0				
Итого за проект пищи:	400	24,4	28,8	55	563,1	450	26,7	27,4	58,5	647,3
2 Ужин										
КОСМОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	0					0				
Итого за проект пищи:	0					0				
Итого за день:		48,4	48,7	200,1	1489,6		68,7	68,4	228,9	1852,7
							72,7	72,9	287,5	2145,1

Утверждено:		Дата: 29.04.2021				Согласовано:										
		Детский сад №				Центрального района Волгограда										
						 [Signature]										
		Ясли				Сад				24 часа						
Прим. пища, наименование блюда	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. 36, г			Белки, г	Жиры, г	Углево. 36, г			Белки, г	Жиры, г	Углево. 36, г		
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							
СМР (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	168,3	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:	500	17,6	24,7	144	606,4	610	27,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6	857,2	
Ужиненный напиток(ясли и сад)/напитки и ужин(24 часа)																
ПЕФИЛИ С СОУСОМ (томатный)	50/30				70/30				70/30							
РАГУ ОВОЩНОЕ (с вариапнт)	100				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	18,7	12,3	68,5	342,5	497	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	105,6	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		68,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0	2 103,8	

Меню 19

Утверждаю:	Дата: 30.04.2025	Согласовано:
Детский сад № Центрального района Волгограда		Егорова О.В.



Прим. пища, наименование блюда	Ясли				Энергетическая ценность, ккал	Сад				Энергетическая ценность, ккал	24 часа			
	Масса порция	Пищевые вещества				Масса порция	Пищевые вещества				Масса порция	Пищевые вещества		
	г	Белок, г	Жиры, г	Углево-ды, г	г	Белок, г	Жиры, г	Углево-ды, г	г	Белок, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал	

Завтрак

Икра кабачковая консервированная	30				50					50				
Яичное блюдо (яичек)	130				130					130				
Чай с молоком или сливками	150				200					200				
Батон	40				30					30				
Итого за прием пищи:	350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	16,8	37,8	484,8	430	21,6	16,8	37,8

2 Завтрак

Сок в ассортименте (абсолютный)	180				200					200				
Итого за прием пищи:	180	6,9	8,2	17,7	75,1	200	1,8	8,2	19,6	83,4	200	1,8	8,2	19,6

Обед

Овощи по сезону	30				50					50				
Суп с макаронными изделиями на бульоне	130				180					180				
Птица, тушеная в соусе с овощами	130				150					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	699,9	670	23,9	16,4	88,4

Удлинненный завтрак (если в сад) / полдник и ужин (16 часов)

Котлеты, биточки, зразики рубленные	50				70					70				
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	120				150					150				
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	100/10				100/10					100/10				
Хлеб пшеничный	40				30					30				
Кондитерские изделия (печенье)	0				0					0				
Кофейный напиток с молоком	0				0					200				
Итого за прием пищи:	400	15,8	13,18	73,7	442,66	498	22,1	21,8	72,8	679,3	700	29,8	28,3	127,0

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:		50,5	43,8	186,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 897,4		88,6	76,1	279,8