

Меню 18

Утверждаю:	Дата: 27.05.2026	Согласовано:
	Детский сад № 71 Центрального района Волгограда	

Заведующий садом Демченко С.В.
Мед. Стерегалин М.В.

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 ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5				180/5					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				190/10					
БАТОН	25				25					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				10					
Итого за прием пищи:	420	12,1	9,2	51,2	337,0	400	12,1	9,2	51,2	337,0

2 Завтрак										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	200				200					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200				200					
Итого за прием пищи:	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6	174,6

Обед										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50				60					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	180				180					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				150					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30				30					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					
Итого за прием пищи:	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)	70/30				70/30					
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150				150					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				200					
Итого за прием пищи:	467	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	103,6	702,5

2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				180					
Итого за прием пищи:	0				180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		66,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0	2 163,8