



Утверждаю:		Меню 20				Согласовано:				
		Дата : 29.05.2026								
		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда								
		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	
<b>Завтрак</b>										
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					200				
БАТОН	50					50				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					0				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>15,2</b>	<b>8,1</b>	<b>78,5</b>	<b>447,5</b>	<b>430</b>	<b>15,2</b>	<b>8,1</b>	<b>78,5</b>	<b>447,5</b>
<b>2 Завтрак</b>										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>
<b>Обед</b>										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180					180				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					70				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>24,5</b>	<b>28,4</b>	<b>112,6</b>	<b>816,1</b>	<b>680</b>	<b>24,5</b>	<b>28,4</b>	<b>112,6</b>	<b>816,1</b>
<b>Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)</b>										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	50					50				
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50					140/50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					200				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>470</b>	<b>15,2</b>	<b>14,0</b>	<b>49,6</b>	<b>407,5</b>	<b>720</b>	<b>22,0</b>	<b>21,4</b>	<b>102,4</b>	<b>713,3</b>
<b>2 Ужин</b>										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>0</b>					<b>180</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>7,0</b>	<b>92,5</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>53,6</b>	<b>52,8</b>	<b>243,5</b>	<b>1 808,5</b>		<b>65,5</b>	<b>64,6</b>	<b>303,3</b>	<b>2 106,8</b>