

Меню 4

Утверждаю:

Дата: 04.06.2026

Согласовано:

Детский сад № 400 Центрального района Волгограда

Заведующий: Матренин А.И.



Ясли

Сад

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	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЯЧНЕВОЙ)	150				180					180					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7					180/10/7					
БАТОН	50				0					0					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0					0					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0				40/5/15					40/5/15					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблочно)	200				200					200					
Итого за прием пищи:	565	10,3	7,9	64,2	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5	637	12,7	13,7	63,6	440,5

2 Завтрак

СОК В АССОРТИМВНТЕ(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

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)	50/30				70/30					70/30					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110				130					130					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150				200					200					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	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	701,6

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)

КОГЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50				70					70					
ПИРОГ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	110				130					130					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10					0					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0				0					180/10/7					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				50					0					
БАТОН	0				0					45					
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50				50					50					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0				0					200					
Итого за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,8	500	22,1	18,8	94,5	641,0	692	21,9	19,8	121,1	756,8

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:		41,3	36,9	238,8	1432,9		60,5	53,9	277,0	1 866,5		65,4	59,3	310,6	2 074,8