

Меню б

Утверждаю:

Дата: 2.06.2026

Сотласовано:



Детский сад № 100
Центрального района Волгограда

Заведующий: М.В. Мухоморова
Подписано: С.В. Мухоморова

24 часа

Ясли

Сад

	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 ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150				180				180							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7							
БАТОН	50				30				30							
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				10				10							
Итого за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	11,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348,0	
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	91,2	
Обед																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	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 ПЕКТЕВАНЫЙ	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	612,4	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40				150/50				150/60							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5				180/10/7				180/10/7							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				20				45							
БУЛОЧКА ВАЛИЛЬНАЯ	50				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	765,4	
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кофир)	0				0				180							
Итого за прием пищи:	0				0				180				5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		43,3	42,4	237,2	1 481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5	