Меню 4

Утверждаю:

Дата : 30.07.2026

Детский сад № 100 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Заведующий /Л.Н. Майстренко/

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энер-и-ческ ценн ь, кк
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	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(яблоко)	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**	**44**
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**	**83,4**	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**8**
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**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70					70				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	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**
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92**
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**