

Утверждаю:		Дата: 25.08.2025		М.ш. 2		Согласовано:									
		Детский сад № 155		Центрального района Волгограда											
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150		180/5		180/5										
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10		190/10		190/10										
БАТОН	40		25		25										
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0		10		10										
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200		200		200										
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180		200		200										
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30		50		60										
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150		0		0										
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0		180		180										
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130		150		150										
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150		180		180										
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20		30		30										
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0		20		20										
Итого за прием пищи:	480	14,8	20,4	76,6	509,8	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)															
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50		70		70										
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120		150		150										
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7		180/10/7		180/10/7										
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		50		40										
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20		20		0										
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0		0		50										
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0		0		200										
Итого за прием пищи:	437	14,4	13,8	71,1	434,9	487	20,2	13,0	76,9	514,4	707	22,1	13,9	115,0	682,2
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:		40,4	41	238,2	1414,4		72,0	61,7	252,5	1 874,2		79,1	67,6	298,4	2 143,5