

Создаю:		Меню 9 Дата : 03.09.2026 Детский сад № 100 Центрального района Волгограда					Согласовано: Заведующий МДОУ Матренина О.В. М.-									
		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																
КА ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150					180					180					
ЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150					180					180					
ОН	50					30					30					
(ПОРЦИЯМИ)	0					10					10					
го за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	
2 Завтрак																
В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200					
го 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																
АТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					50					
Ц С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО ТАНОЙ	150/10					180/10					180/10					
КАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5					150					150					
ЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150					180					180					
Б ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50					50					
Б ПШЕНИЧНЫЙ	0					20					20					
го за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8	668,8	640	26,9	19,9	86,8	668,2	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
ЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ДЖИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/50					150/60					
ЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	180					200					0					
Н	40					50					0					
пшеничный	0					0					40					
ОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	0					0					50					
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ВИДЛОМ	0					0					190/10					
ИГОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200					
го за прием пищи:	400	24,3	17,9	57,1	562,9	450	37,1	26,3	64,9	663,5	700	36,1	25,7	109,0	839,2	
2 Ужин																
ЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180					
го за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
го за день:		53,8	46,3	198,9	1491,6		82,9	58,9	230,7	1 804,3		87,0	62,7	281,8	2 072,5	