

		Меню 11														
Создаю:		Дата : 07.09.2026					Согласовано:									
		Детский сад № 100					Заведующий МБОУ Матренин В.Я.									
		Центрального района Волгограда														
		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																
Молочный с крупой (рисовой)	150					180					180					
Чайный напиток с молоком	150					180					180					
Порциями	5					0					0					
СН	45					0					0					
Вареное с маслом	0					35/10					35/10					
Итого за прием пищи:	350	10,4	8,5	46,8	307,7	405	9,9	14,1	48,1	368,6	405	9,9	14,1	48,1	368,6	
2 Завтрак																
Блины, фаршированные изюмом	110					110					110					
Итого за прием пищи:	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед																
Суп по сезону(Томаты свежие)	30					50					50					
Суп картофельный на бульоне	150					180					180					
Суп картофельный с мясом или печенью (говядина)	150					150					150					
Суп томатный	0					30					30					
Суп из свежих плодов	150					180					180					
Суп печеночный	20					50					50					
Суп куриный	20					30					30					
Итого за прием пищи:	520	20,1	10,3	80,2	515,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	670	23,9	11,8	105,8	648,7	
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
Салат свекольный или морковный (свекольный)	30					50					50					
Салат рубленый из птицы с соусом	50/30					70/50					70/50					
Суп картофельный	110					150					150					
Суп лимонный	180/10/7					180/10/7					180/10/7					
Суп куриный	20					35					35					
Печенье ванильное	50					50					50					
Суп из повидла, джема, варенья	0					0					200					
Итого за прием пищи:	487	15	18	79,7	518,5	602	23,6	24,6	98,6	724,1	802	23,7	24,6	127,0	838,1	
2 Ужин																
Суп молочный продукт(кефир)	0					0					180					
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за день:		46,2	37,3	238,6	1 478,9		58,1	51,0	284,4	1 878,4		63,3	55,4	319,8	2 084,9	