

Меню 1

Приказ №:	Дата: 21.09.2026	Согласовано:
	Детский сад № 100 Центрального района Волгограда	Заведующий МБОУ Матренина С.Н.

	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 КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	160					180					180				
С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	150					200					200				
ХЛЕБОД-С МАСЛОМ	40					30/10					30/10				
Итого за прием пищи:	350	9,4	7,7	45,4	312,6	420	9,7	14,4	45,8	361,1	420	9,7	14,4	45,8	361,1

2 Завтрак															
АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1	0,2	19,6	83,4	200	1	0,2	19,6	83,4

Обед															
КАБАЧКОВАЯ СЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С СЫРОМ	150					180					180				
СОУС ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150				
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ПЕЧЕНЬЕ	20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20				
Итого за прием пищи:	520	23,5	21,6	60,1	531,9	650	27,7	21,8	89,9	673,1	630	26,1	21,7	79,5	624,4

Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ПЕЧЕНЬЕ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОФЕЛЬНЫМ	110					130					130				
ПЕЧЕНЬЕ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, СОУСОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ПЕЧЕНЬЕ ПШЕНИЧНОЕ	15					50					50				
ПЕЧЕНЬЕ С ВАНИЛИННОЙ	50					50					50				
ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, СОУСОВ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	445	14,2	15,1	77,0	491,0	530	21,0	20,5	93,3	654,8	730,0	21,1	20,5	121,7	768,8

2 Ужин															
МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за день:		48,0	44,6	200,2	1 410,6		59,4	56,9	268,8	1 802,4		63,0	61,2	273,6	1 930,2