Меню 2

ержаю:

Дата : 22.09.2026

Детский сад № 100
Центрального района Волгограда

Согласовано:

Заведующий МОУ
Матвеенко А.Н.

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															
А ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5					180/5				
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
Н	40					25					25				
(ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
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															
ТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
В АССОРТИМЕНТЕ	180					200					200				
а 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															
Т ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					60				
КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0				
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) УЛЬОНЕ	0					180					180				
ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
ПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					30					30				
ПШЕНИЧНЫЙ	0					20					20				
а 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)															
Е ИЗ РЫБЫ	50					70					70				
ОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ ОЧНЫМ	120					150					150				
С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ПШЕНИЧНЫЙ	50					50					40				
НДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20					20					0				
ТКА ВЕСНУШКА	0					0					50				
ЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
а 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															
ОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
а прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
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