Меню 4

ерждаю:	Дата : 24.09.2026	Согласовано:
	Детский сад № 100 Центрального района Волгограда	Заведующий МОУ Натренина Л.Н.

	Ясли					Сад					24 часа				
		Пищевые вещества					Пищевые вещества					Пищевые вещества			
ием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергети-ческая ценность, ккал
Завтрак															
МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЕНЕВОЙ)	150					180					180				
С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
ОН	50					0					0				
(ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
ЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15					40/5/15				
ТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
за прием пищи:	565	10,3	7,9	64,2	375,4	637	12,7	13,7	63,6	440,5	637	12,7	13,7	63,6	440,5
2 Завтрак															
В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
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															
ЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30					60					60				
С МАКАРОННЫМИ ЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0				
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180					180				
ТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ АРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130					130				
ОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ПЕКЛЁВАННЫЙ	20					40					40				
ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
за прием пищи:	560	16,1	14,4	84,1	521,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6	730	24,7	21,2	99,3	701,6
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70					70				
КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130				
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					0				
ЛИМОНОМ	0					0					180/10/7				
ПШЕНИЧНЫЙ	20					50					0				
	0					0					45				
ЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50				
ЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
за прием пищи:	420	14	14,4	72,8	460,8	500	22,1	18,8	94,5	641,0	692	21,9	19,8	121,1	756,8
2 Ужин															
ЛОМОЛОЧНЫЙ ДУКТ(кефир)	0					0					180				
за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
за день:		41,3	36,9	238,8	1432,9		60,5	53,9	277,0	1 866,5		65,4	59,3	310,6	2 074,8