

Вруждаю:		Дата : 28.09.2026				Меню 6										Согласовано:			
		Детский сад № 100				Заведующий С.В. Свистушкина										24 часа			
		Центрального района Волгограда																	
		Ясли				Сад													
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																			
ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180								
ЛИМОН	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7								
	50					30					30								
(ПОРЦИЯМИ)	5					10					10								
за прием пищи:	365	11,2	6,4	59,5	340,7	417	12,1	8,1	56,8	348,0	417	12,1	8,1	56,8	348,0				
2 Завтрак																			
КТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200								
за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2				
Обед																			
ЦИ ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50					50								
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОЛЕ	150					180					180								
ЫЦЫ ЛЕГКИЕ	120/15					140/50					140/50								
ЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200								
Б ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50								
Б ПШЕНИЧНЫЙ	25					50					50								
за прием пищи:	540	15,3	12,9	69,2	463	720	23,4	16,0	90,6	612,4	720	23,4	16,0	90,6	612,4				
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																			
КАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ СМЕСЬЮ	130/40					150/50					150/60								
С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7								
Б ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					45								
ОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50								
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, СМ, ПОВИДЛОМ	0					0					190/10								
за прием пищи:	400	16	22,3	89,5	586,6	467	24,9	22,1	88,3	659,3	702	27,0	22,9	111,0	765,4				
2 Ужин																			
МОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180								
за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5				
за день:		43,3	42,4	237,2	1 481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5				