

Дата : 30.09.2026		Меню 8													
Детский сад №100 Центрального района Волгограда		Согласовано: Заведующий МДОУ «Материнский сад №100» М.В. [подпись]													
		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															
КАЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180				
СЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
ОМ	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															
ТЫ 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															
И ПО СЕЗОНУ(Огурцы свежие)	30					50					50				
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОМ	150					180					180				
БЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120/15					140/50					140/50				
ПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					50					50				
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)															
АНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ ТЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/40					150/50					150/60				
ДИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					45				
АНКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, ОМ, ПОВИДИОМ	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															
МОЛОЧНЫЙ 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	1481,5		61,2	47,0	254,7	1 810,9		68,4	52,2	284,4	1 909,5