Меню 4

Утверждаю:

Дата: 24.09.26

Детский сад №198 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	150					180					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
БАТОН	50					0					0				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15					40/5/15				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
Итого 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	44
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого 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	8
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	30					60					60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ	150					0					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	0					180					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130					130				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого 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	70
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70					70				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					130					130				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					0				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					50					0				
БАТОН	0					0					45				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0					0					200				
Итого 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	78
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	9
Всего 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 07