

Утверждаю:		Меню 20		Дата : 16.12.2025		Согласовано:				
		Детский сад № 71 Центрального района Волгограда								
		Сад		24 часа						
Приним пищи, наименование блюда		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	
Завтрак										
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200					200				
БАТОН	50					50				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					0				
Итого за прием пищи:	430	15,2	8,1	78,5	447,5	430	15,2	8,1	78,5	447,5
2 Завтрак										
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200				
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед										
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					50				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ	180					180				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70					70				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30				
Итого за прием пищи:	680	24,5	28,4	112,6	816,1	680	24,5	28,4	112,6	816,1
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	50					50				
ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50					140/50				
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	0					200				
Итого за прием пищи:	470	15,2	14,0	49,6	407,5	720	22,0	21,4	102,4	713,3
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180				
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		53,6	52,8	243,5	1 808,5		65,5	64,6	303,3	2 106,8