Меню 9

Утверждаю:

Дата : 29.10.26

Детский сад № 315

Центрального района Волгограда

Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	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															
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					180					180				
БАТОН	50					50					50				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
Итого за прием пищи:	**350**	**12,2**	**6,7**	**63,9**	**365,3**	**420**	**16,2**	**10,9**	**72,5**	**451,6**	**420**	**16,2**	**10,9**	**72,5**	**451,6**
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**	**83,4**
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					60					60				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10					180/10					180/10				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5					150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					200					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					50					50				
Итого за прием пищи:	**555**	**16,6**	**19,3**	**82,2**	**558,7**	**700**	**29,8**	**20,2**	**107,4**	**732,7**	**700**	**29,8**	**20,2**	**107,4**	**732,7**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Томаты свежие)	30					60					60				
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150					150					150				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					55					55				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (Печенье)	0					0					50				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					200					200				
ЧАЙ С САХАРОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**400**	**13,8**	**14,1**	**67,9**	**455,8**	**465**	**15,4**	**15,4**	**79,9**	**520,5**	**715**	**19,3**	**20,3**	**126,9**	**768,4**
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**43,5**	**40,3**	**231,7**	**1454,9**		**62,4**	**46,7**	**279,4**	**1 788,2**		**71,4**	**56,0**	**333,4**	**2 128,6**