Меню 17

Утверждаю:

Дата : 11.11.2026

Детский сад № 345 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 ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	20					0					0				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					30/5/10					30/5/10				
Итого за прием пищи:	**365**	**5,1**	**8,1**	**43,8**	**273**	**425**	**7,2**	**13,9**	**52,8**	**377,2**	**425**	**7,2**	**13,9**	**52,8**	**377,2**
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					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15					180/25					180/25				
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110					130					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					40				
Итого за прием пищи:	**540**	**18,3**	**20,3**	**84,4**	**569,4**	**680**	**26,5**	**26,6**	**99,4**	**754,6**	**680**	**26,5**	**26,6**	**99,4**	**754,6**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50					150/60					150/60				
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(Кефир)	180					200					0				
БАТОН	40					40					45				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0					180/10/7				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50				
ЧАЙ С САХАРОМ	0					0					190/10				
Итого за прием пищи:	**400**	**24,4**	**18,8**	**55**	**563,1**	**450**	**36,7**	**27,4**	**58,5**	**647,3**	**702**	**35,6**	**27,5**	**110,2**	**847,2**
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:		**48,7**	**47,4**	**200,9**	**1 480,6**		**71,4**	**68,1**	**230,3**	**1 862,5**		**75,4**	**72,6**	**289,0**	**2 154,9**