Меню 19

Утверждаю:

Дата : 13.11.2026

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															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150				
КАКАО С МОЛОКОМ	160					180					180				
БАТОН	30					30					30				
Итого за прием пищи:	**350**	**14,3**	**14,6**	**40,6**	**397**	**430**	**21,6**	**26,8**	**37,8**	**484,8**	**430**	**21,6**	**26,8**	**37,8**	**484,8**
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															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					20					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0					40					0				
Итого за прием пищи:	**500**	**18,2**	**15,6**	**48**	**407,8**	**640**	**21,6**	**16,2**	**73,0**	**527,5**	**620**	**20,3**	**16,0**	**64,5**	**486,7**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50					70					70				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120					150					150				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					50					30				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	20					20					50				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**420**	**17,5**	**17,1**	**91,2**	**577,56**	**490**	**25,1**	**23,1**	**97,7**	**710,1**	**700**	**29,0**	**28,3**	**127,0**	**890,9**
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:		**50,3**	**47,6**	**193,5**	**1 439,7**		**69,3**	**66,8**	**226,4**	**1 803,5**		**77,0**	**76,2**	**254,2**	**2 036,0**