Меню 1

Утверждаю: Дата : 17.11.2026

Детский сад № 315 Центрального района Волгограда

Согласовано:

МОУ Детский сад № 315

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 (КУКУРУЗНАЯ)	160					180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200					200				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
БАТОН	40					50					25				
Итого за прием пищи:	**350**	**10,2**	**5,3**	**62,1**	**337,2**	**440**	**14,7**	**9,5**	**76,7**	**472,1**	**415**	**12,8**	**8,7**	**63,9**	**406,6**
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	**180**	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**75,1**	**200**	**1**	**0,2**	**19,6**	**83,4**	**200**	**1**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					40					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**23,5**	**21,6**	**59,8**	**530,5**	**650**	**27,7**	**21,8**	**89,9**	**673,1**	**630**	**26,1**	**21,7**	**79,5**	**624,4**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	110					130					130				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10					190/10				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15					40					50				
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					50					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**435**	**13,7**	**14,8**	**67,9**	**448,3**	**510**	**20,0**	**20,2**	**79,0**	**588,9**	**730,0**	**21,4**	**21,2**	**117,4**	**583,9**
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:		**48,3**	**41,9**	**207,5**	**1 391,1**		**63,4**	**51,7**	**265,2**	**1 802,4**		**66,4**	**56,2**	**287,4**	**1 963,8**