Меню 18

Утверждаю:

Дата : 11.11.25

Детский сад № 154 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 (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150					180/5					180/5				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10					190/10				
БАТОН	40					25					25				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0					10					10				
Итого за прием пищи:	**380**	**9,5**	**5,8**	**53,8**	**303,4**	**420**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**	**400**	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	180					200					200				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	**380**	**1,7**	**1,0**	**36,7**	**166,3**	**400**	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**	**400**	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30					50					60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					0					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	0					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					30					30				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**17,6**	**20,7**	**94,8**	**596,6**	**610**	**37,9**	**38,5**	**85,8**	**848,2**	**620**	**38,0**	**39,1**	**86,6**	**857,2**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					20					20				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (Печенье)	0					0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**412**	**11**	**11,3**	**53,3**	**596,6**	**467**	**15,1**	**17,1**	**52,1**	**436,9**	**717**	**18,9**	**21,4**	**103,6**	**702,5**
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:		**39,8**	**38,8**	**238,6**	**1 416,0**		**66,9**	**65,8**	**227,0**	**1 796,7**		**76,0**	**75,7**	**301,1**	**2 220,7**