Меню 5

Утверждаю:

Дата : 20.11.25

Детский сад № 155
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					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150					200					200				
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20					30/5/20					30/5/20				
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (Яблоки)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	**555**	**11,8**	**10,9**	**81,2**	**478,4**	**635**	**14,0**	**12,4**	**95,5**	**548,6**	**635**	**14,0**	**12,4**	**92,5**	**548,6**
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					0					0				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	0					50					60				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150					180					180				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					40					50				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0					20				
Итого за прием пищи:	**520**	**13,8**	**12,4**	**80,1**	**464,9**	**600**	**17,3**	**14,4**	**78,5**	**525,3**	**640**	**19,6**	**14,5**	**92,6**	**593,0**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30					50					50				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50					70					70				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120					130					130				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					200					200				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					50					50				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)	0					0					50				
КАКАО С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**440**	**14,6**	**18,8**	**74,4**	**484,2**	**500**	**33,7**	**36,0**	**69,3**	**738,9**	**750**	**41,4**	**44,2**	**123,0**	**1 060,0**
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:		**41,1**	**42,3**	**253,4**	**1502,6**		**66,0**	**63,0**	**259,9**	**1 896,2**		**81,1**	**75,7**	**334,7**	**2 377,5**