



Мульти-Центр питания
г. Волгоград, ул. Мухоморова, д. 11
Специализированный детский сад № 3 «Волна»
Диесперова

ГБОУ СОШ № 1 СПДС № 3 «Волна»
Меню на 01.11.2022 год (ясли/сад)

Наименование блюда и продукта	Выход блюда	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)
		белки	жиры	углево ды	
Завтрак					
Каша молочная манная	150/200	4.65/6.21	5.62/7.47	18.87/ 25.09	138,86/185, 15
Батон молочный с повидлом	20/8/41 0	1,58/3.03	5.24/4.79	9.81/2 0.40	93,87/138,7
Какао с молоком	150/200	4.0/4.45	4.65/6.2	9.08/1 2.1	89,43/119,2 4
Второй завтрак					
Кисломолочный продукт	100/100	2,7/2,7	2,5/2,5	10,8/1 0,8	76,5/76,5
Обед					
Икра кабачковая	40/60	0,38/0,48	2,78/3,48	2,47/3, 88	35,83/44,78
Суп картофельный на м/б	150/200	2,01/2,69	2,13/2,84	12,86/ 17,14	78,56/104,7 5
Гречка с гуляшом	120/40/ 150/50	4.14/9.25/ 5.18/10.2 8	5.64/0.74/7, 07/8.27	33.89/ 2.37/4 2.37/2, 64	155,04/198, 72/193,8/2 20,81
Хлеб пшеничный	30/35	2,3/2,8	0,9/1	14,9/ 18	78/81
Хлеб ржаной	20/30	1,3/1,8	0,2/0,5	6,8/7,2	36,2/40
Сок фруктовый	180/200	0,24/0,32	0,11/0,14	14,59/ 19,45	60/80
Усиленный полдник					
Омлет, консервированный горошек	120/15/ 150/15	7.84/0.5/9 .42/0.5	8.7/0/10.87/ 0	3.72/1, 65/3.8 4/1,65	102,81/15/ 128,52/15
Батон пшеничный с сыром	20/8/40 /10	4.38/6.47	7.7/11.38	9.24/1 3.66	125,6/185,7
Чай с лимоном	180/200	0,27/0,3	0,09/0,1	7,2/8	33,3/37
Итого на день:	1515/18 50	47,92/64, 52	55,36/74,94	149,88 /213,0 4	1270,28/17 28,0