

Утверждаю: 		Дата: 08.04.2018				Меню 7				Согласовано: 					
		Детский сад № 155 Центрального района Волгограда													
		Ясли				Сад				24 часа					
Приём пищи, наименование блюда	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															
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	130				150				150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10				190/10				190/10						
БАТОН	30				30				30						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5				0				0						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0				50				50						
Итого за приём пищи:	355	11,7	10,8	31,7	316	430	18,7	24,3	32,0	426,9	430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200				200						
Итого за приём 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(Томаты соленые)	30				50				50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15				180/25				180/25						
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20				150/30				150/30						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150				180				180						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35				40				40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20				0				0						
Итого за приём пищи:	550	21,3	11,9	81,4	538,4	655	25,1	15,8	85,4	606,2	655	25,1	15,8	85,4	606,2
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 МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				200				200						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				30				30						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0				50				0						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	0				0				50						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0				200						
Итого за приём пищи:	430	15,1	14,3	67,7	450,1	530	22,7	22,7	92,5	677,9	730	23,2	24,9	120,2	820,0
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0				180						
Итого за приём пищи:	0				0				180	5,1	4,4	7,0	9,5		
Всего за день:		49,8	37,3	203,9	1404,6		67,5	63,0	229,5	1 794,4		73,1	69,6	264,2	2 039,9