

Утверждаю:		Меню 7													
		Дата: 8 октября				Согласовано: 									
		Детский сад № 24 Центрального района Волгограда													
		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															
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 прием 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 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															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленные)	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 прием 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 ВЕСУШКА	0				50					0					
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	0				0					50					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0					200					
Итого за прием 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	823,6
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:		49,8	37,3	203,9	1404,6		67,5	63,0	229,5	1 794,4		73,1	69,6	264,2	2 032,6