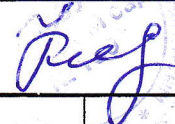


Утверждаю: 		Меню 7		Согласовано: 						
Дата: 06.05.23		Детский сад № 189 Центрального района Волгограда								
		Ясли		Сад						
		24 часа								
Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества	Энергетическая ценность, ккал	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 прием пищи:	355	11,7	10,8	31,7	316	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
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
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 прием пищи:	430	15,1	14,3	67,7	450,1	530	22,7	22,7	92,5	677,9
2 Ужин										
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0			180		
Итого за прием пищи:	0				0			180	5,1	4,4
Всего за день:		49,8	37,3	203,9	1404,6		67,5	63,0	229,5	1 794,4
									73,1	69,6