

| Меню 7                                                                          |          |                                                  |             |              |                               |        |                                                                                   |         |             |                               |         |                  |          |         |                               |         |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------|------------------|----------|---------|-------------------------------|---------|
| Утверждаю:                                                                      |          | Дата : 23.09.2023                                |             |              |                               |        | Согласовано:                                                                      |         |             |                               |         |                  |          |         |                               |         |
|  |          | Детский сад № 188 Центрального района Волгограда |             |              |                               |        |  |         |             |                               |         |                  |          |         |                               |         |
| «Комбинат общественного питания»<br>ИНН 7602068809<br>КПП 760201001             |          | Ясли                                             |             |              |                               |        | Сад                                                                               |         |             |                               |         | 24 часа          |          |         |                               |         |
|                                                                                 |          | Пищевые вещества                                 |             |              | Энергетическая ценность, ккал |        | Пищевые вещества                                                                  |         |             | Энергетическая ценность, ккал |         | Пищевые вещества |          |         | Энергетическая ценность, ккал |         |
| Масса порции                                                                    | Белки, г | Жиры, г                                          | Углеводы, г | Масса порции |                               |        | Белки, г                                                                          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |         | Масса порции     | Белки, г | Жиры, г |                               |         |
| Прием пищи, наименование блюда                                                  |          |                                                  |             |              |                               |        |                                                                                   |         |             |                               |         |                  |          |         |                               |         |
| 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 свежие)                                                  |          | 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 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   | 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 |