

Утверждаю:		Меню 7				Дата: 16/12/23				Согласовано:			
Детский сад №		Центрального района Волгограда											
Сад		24 часа											
Прием пищи, наименование блюда	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				
Завтрак													
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет)	150					150							
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					190/10							
БАТОН	30					30							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					50							
Итого за прием пищи:	430	18,7	24,3	32,0	426,9	430	18,7	24,3	32,0	426,9			
2 Завтрак													
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	200					200							
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4			
Обед													
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты соленые)	50					50							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25					180/25							
МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150/30					150/30							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					180							
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					40							
Итого за прием пищи:	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)	70/30					70/30							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150					150							
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					200							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					30							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					0							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	0					50							
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					200							
Итого за прием пищи:	530	22,7	22,7	92,5	677,9	730	23,2	24,9	120,2	823,6			
2 Ужин													
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					180							
Итого за прием пищи:	0					180	5,1	4,4	7,0	92,5			
Всего за день:		67,5	63,0	229,5	1 794,4		73,1	69,6	264,2	2 032,6			