

Меню 7															
Дата : 01.09.2028		Согласовано:													
Детский сад №100 Центрального района Волгограда		Заведующий МБОУ Матренина А.Н.													
		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															
НОЕ БЛЮДО (омлет)	130					150					150				
С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, КОМ, ПОВИДЛОМ	180/10					190/10					190/10				
ОН	30					30					30				
(ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0					50					50				
го 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															
В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
го 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															
ЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30					50					50				
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ КАДЕЛЬКАМИ	150/15					180/25					180/25				
САРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (длина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	130/20					150/30					150/30				
ПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150					180					180				
Б ПЕКЛЕВАННЫЙ	35					40					40				
Б ПШЕНИЧНЫЙ	20					0					0				
го 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)															
ТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
РЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110					150					150				
МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					200					200				
Б ПШЕНИЧНЫЙ	40					30					30				
ОЧКА ВЕСНУШКА	0					50					0				
ДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	0					0					50				
ИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0					0					200				
го 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															
ДОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
го за прием пищи:	0					0					180	5,1	4,4	7,0	92,5
го 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